

KRUH ŽIVOTA

číslo 3 jar 99

časopis pre slobodný život v súlade s prírodou

cena 15 Sk

*Génové manipulácie / Rok v korune stromu / Minimalistická záhrada 3
Homeopatická regulácia škodcov / D.I.Y. recepty / Historické príklady hnutí odporu
Mahátma Gándhi - sila pravdy / Skutočná zmena je v nás / Sila myslenia
Téma čísla - zdravie: Choroby modernej medicíny / Fytoterapia / Homeopatia
Výskumy okolo vegánstva / Múdrosť čínskej medicíny 3 / Bylinky na jar*

Namiesto úvodu

Dokedy sa budeme spoliehať na to, že naše problémy vyrieši niekto za nás, dovtedy nenájdem riešenie z dnešnej neľahkej situácie. Nestačí ale tiež snažiť sa zmeniť druhých. Mnohí z nás sa snažíme vyvíjať rôzne aktivity, či už sa snažíme sa zmeniť prístup ľudí k prírode, alebo čokoľvek iné. Nie je to ale niekedy únik pred tým aby sme sa zaoberali sami sebou? Nejde len o to či niekto je, alebo neje mäso, podporuje jadrovú energetiku, kupuje tropické ovocie, či celkovo žije viac, alebo menej konzumným životom. Skutočná príčina dnešných problémov je oveľa hlbšie v našom vnútri. Stratili sme kontakt s tým, čo nás presahuje a je našou skutočnou podstatou. S tým čo je ukryté v každom z nás, len už o tom nevieme. A len preto môžeme ubližovať druhým, ničiť prírodu a tak ďalej. Snažíme sa byť ekologickí, ale ako sme schopní žiť s ľuďmi okolo nás? Niekedy je naozaj jednoduchšie chodiť po demonštráciách, než žiť každodenný život. Nie je to všetko tak trochu únik? Možno sa vám bude zdať, že toto číslo Kruhu života je trochu iné. Viac sa zaoberá otázkami nášho vnútra a hľadaním riešení. Pretože tu naozaj začínajú všetky problémy, ale zároveň aj riešenia. Jedine postupnou premenou našich slabostí a temných stránok sa môžeme dostať naozaj ďalej. Nestačí však aby to ostalo len v nás. Takisto mnoho 'duchovných' ľudí zlyháva v každodennom živote. Až keď to dokážeme premietnuť do všedných dní, potom nastane skutočná zmena. A preto asi aj ďalšie čísla KŽ sa budú viac orientovať na otázky našej duše. Tak ako v tomto čísle sme hľadali okrem iného hlbšie príčiny nemoci a možnosti ich liečby, aj v ďalších číslach sa budeme snažiť naznačiť ako žiť každodenný život plnšie, duchovnejšie, ale tiež ako využiť v živote rôzne poznatky o veciach, ktoré sú mimo tejto fyzickej reality, ale pritom výrazne vplývajú na naše životy a na svet okolo nás.

Ondro Végh



Musíme riskovať. Zázrak života pochopíme naplno iba vtedy, keď dovoľíme, aby sa uskutočnilo to, čo sme nečakali.

Každý deň nám Boh dáva spolu so slnkom okamih, v ktorom môžeme zmeniť všetko, čo nás robí nešťastnými. Každý deň sa tvárim, že tento okamih nevieme rozoznať, že neexistuje, že dnešok je podobný včerajšku a taký istý bude aj zajtrajšok. Tí, čo venujú pozornosť všedným dňom, dokážu v nich objaviť magické okamihy. Môžu sa skrývať v okamihu, keď ráno vkladáme kľúč do zámky, vo chvíli ticha po večeri, v tisíc a jednej maličkosti, ktoré sa nám zdajú všedné a stále rovnaké. Takéto okamihy existujú: sú to okamihy, keď nami prechádza všetka sila hviezd a umožňuje nám robiť zázraky.

Šťastie býva niekedy požehnaním, ale najčastejšie treba oň bojovať. A práve magický okamih všedného života nám pomáha zmeniť sa, vydať sa na cestu za splnením snov. Budeme pritom trpieť, potýkať sa s mnohými ťažkosťami, čeliť rôznym sklamaniam - všetko to je však iba prechodné a nepoznáci nás. A v budúcnosti sa budeme môcť hrdlo a s vierou obzrieť dozadu.

Úbohí sú všetci, čo sa boja riskovať. Možno nikdy nezažijú sklamanie, nestratia svoje sny, ani nebudú trpieť, ako trpia tí, čo idú za svojimi snami. Keď sa však obzrú dozadu - pretože každý sa raz obzrie za seba - začujú, ako im srdce hovorí: 'Čo si urobil so zázrakmi, ktoré Boh zaslal do dní tvojho života? Čo si urobil s talentmi, ktoré ti zveril tvoj Majster? Zahrabal si ich hlboko do zeme, lebo si mal strach, že ich stratíš? Také je teda tvoje dedičstvo: istota, že si svoj život premárnil.'

Paulo Coelho

**Predplatné**

Najistejší spôsob, ako vždy dostať Kruh života je predplatiť si ho. Vaše predplatné zároveň pomôže zabezpečiť bezproblémové vychádzanie ďalších čísel. Od nového roka sa zvýšilo poštovné. Nevieťte tiež, či sa nám podarí udržať stále tú istú cenu (náklady idú hore a chceli by sme asi aj zvýšiť počet strán). Preto zavádzame predplatnú formou čitateľského konta. To znamená, že nám pošlete sumu akú uznáte za vhodnú a my vám budeme posilať časopis kým vystačiapeniase. Výhodné by tiež bolo, ak by ste si objednali viac kusov (minimálne 5) na jednu adresu, vtedy by ste neplatili poštovné. Peniaze môžete posilať poštovou poukážkou typu C na adresu redakcie. Je možné si tiež objednať predchádzajúce číslo, ak ho ešte nemáte. Predplatné pre ČR vybavuje *Zelená distribúcia, Kosťa S., P.O.Box 22, 544 01 Dvůr Králové n.L., ČR*

Distribúcia

Hľadáme ľudí ochotných distribuovať Kruh života vo svojom okolí, na rôznych akciách a podobne. Taktiež pokiaľ viete o knižkupectve, čajovni, či inej predajni, kde by boli ochotní predávať KŽ, ozvite sa nám. Podrobnosti dohodneme individuálne.

Benefit

Časopis, ktorý vychádza bez akejkoľvek podpory štátu, či nadácií a odmietajúci komerčnú reklamu môže existovať iba vďaka podpore ľudí, čitateľov. Vitáme každú formu podpory, finančnej, či inej, pomôžu aj benefičné akcie, koncerty atď. (Napríklad si môžete kúpiť benefičné tričko -pozri predposlednú stranu). Všetky takto získané prostriedky nám umožnia vydávať časopis aj naďalej a rozvíjať jeho kvalitu, zlepšovať obsah a zvyšovať náklady.

Za všetky formy solidarity vopred ďakujeme. Veríme, že v tejto spoločnosti dokážeme rozvíjať aj aktivity neziskového charakteru (bez potreby obracať sa o pomoc na rôzne pochybné inštitúcie) a to vďaka podpore ľudí ako vy.

Príspevky

Velmi nás potešia vaše príspevky, názory, myšlienky, listy. Radi by sme tiež informovali o všetkých zaujímavých akciách a aktivitách, či už prebehli, alebo sa iba pripravujú. Pište na našu adresu.

Ak by ste chceli vidieť v budúcom čísle recenziu na vami vydávaný materiál, pošlite nám 1 kus na prečítanie. Na požiadanie vrátime.



ANTICOPYRIGHT !!!

Každé kopírovanie, preberanie a šírenie je vítané!

Les pre život nie pre smrť!

Pod týmto heslom sa niesol protest proti plánovanej výруб stromov v súvislosti s kandidatúrou Poprad-Tatry na ZOH 2006 (podrobne o tomto probléme v článku nižšie). Uskutočnil sa 22. januára pri zahájení Zimnej Univerziády na Štrbskom plese. V priestore medzi skokanskými mostíkmi asi v polovici svahu vytvorili aktivisti z veľkých písmen nápis 'Les pre život' a po ich otočení 'nie pre smrť!' (v pravidelných intervaloch to menili - DIY digitálna reklama). Stalo sa to na veľké prekvapenie všadeprítomných policajtov, vojakov a tajných. Zatiaľ iná skupinka dole rozdávala letáky informujúce o výруб stromov, ktorý sa chystá. Akciu zorganizovalo LZ VLK, ale pripojili sa aj iné ekologické organizácie, napríklad Za matku Zem.

Zachráňme slovenské lesy pred olympijskými buldozermi

Už dlhšiu dobu prebieha v regióne Tatier nielen kampaň za, ale aj kampaň proti kandidatúre na ZOH 2006. V príľahlých mestách sa vo veľkom množstve 'zjavujú' nálepky a plagáty s heslom uvedeným v nadpise upozorňujúce aj na odvrátenú stránku olympiády.

Demonštrácia proti rasizmu a fašizmu

Už tretí rok sa uskutočnila 5. februára takmer tradičná demonštrácia v Prievdzi usporiadaná Anarchistickou federáciou. Zišlo sa asi 120 ľudí a bez problémov (až na menšiu provokáciu skupinky skinheadov) sa presunuli na Námestie Slobody. Tu boli prečítané za vcelku slušnej asistencie médií a polície prečítané prejavy. Spestrením bolo chýlenie ohňa jed-

ným z účastníkov na veľký papierový hákový kríž. Asi po tridsaťte hodine sa účastníci rozišli. Napriek tomu, že akcia prebehla bez konfliktov a zúčastnilo sa jej na naše pomery vcelku dosť ľudí, bola akási neslaná-nemastná. Otázne je tiež či niekoho okrem účastníkov oslovila a prispela k zviditeľneniu tohoto problému.

Zdražovanie cestovného nie je riešením

Pred Ministerstvom dopravy, telekomunikácií a pošt sa 1. februára uskutočnila protestná akcia občianskej iniciatívy Občania za lepšiu dopravu. V pomerne krátkej dobe pred Vianocami sa tejto iniciatíve podarilo zozbierať asi 10 tisíc podpisov pod petíciou proti plánovanej zvýšeniu cestovného. Zamerala sa hlavne na zdôraznenie toho, že zvýšenie cestovného nerieši problém železníc, či autobusovej dopravy, ale naopak priniesie im ešte väčšie problémy. Presadzuje naproti tomu širšie riešenie problému dopravy a zníženie obrovských investícií na stavbu diaľnic do rozvoja verejnej dopravy. Cestovné je síce v súčasnosti zvýšené, ale problémy v doprave pretrvávajú. Takže ak máte záujem zapojiť sa do aktivít v oblasti dopravy informujte sa na adresu:

Slobodná alternatíva, Staromestská 6d, 811 05 Bratislava, tel: 07/622 40 481, sa@changenet.sk

Za slobodu Tibetu

V deň 50-teho výročia okupácie Tibetu sa uskutočnilo 10. marca pred Čínskym veľvyslanectvom v Bratislave protestné stretnutie. Zúčastnilo sa ho asi 50 ľudí. Bolo súčasťou akcií po celom svete, ktoré chceli upozorniť na neoprávnenosť okupácie Tibetu a porušovanie ľudských práv v tejto krajine.

Pre koho by bola Olympiáda 2006 v Tatrách prínosom?

S olympiádou sa tradične spájajú jej ušľachtilé ideály, ktorých pôvod siaha až do starého Grécka a považuje sa tiež za najväčší športový sviatok. V poslednom čase sa však z nej stáva komerčná záležitosť. Spoločnosti ako Coca-Cola, Mc Donalds, Sony, Adidas a podobne investujú obrovské peniaze do reklamy, ktoré sa im ale mnohonásobne vrátia. Takisto televízne spoločnosti súperia o exkluzívne priame prenosy.

Pred nedávnym prepukol škandál okolo úplatkov členom Medzinárodného olympijského výboru zo strany jedného z kandidátov na usporiadanie LOH 2002 Salt Lake City. Postupne však začali vychádzať na svetlo aj informácie o iných úplatkoch v minulosti. Tak sa len oficiálne potvrdilo to, čo sa už dlhšie stáva stále očividnejšie. Dnes ide pri usporiadaní olympiády v prvom rade o biznis.

Otázkou je, kto na tom zarobí. Bežní ľudia z ktorých daní idú pôjdu značné finančné prostriedky na usporiadanie olympiády to asi nebudú. Jednou z požiadaviek MOV je totiž, aby rozpočet olympiády bol vyrovnaný, to znamená bez zisku. Na to boli upozornení aj naši organizátori komisiou MOV, ktorá nás navštívila začiatkom novembra. Takisto pritiahtie turistov a investorov je veľmi dočasné. Olympiáda skončí a ostane po nej veľká hora odpadkov, prázdné hotely a športoviska a zničená príroda, ktorá už v budúcnosti nepriťahne ani tých očakávaných turistov. Pre rozvoj daného regiónu je ďaleko dôležitejšia dlhodobá stratégia trvalo udržateľného života, než krátkodobý vzostup a následný pád. Takže do ziska? Asi najviac už spomínané nadnárodné spoločnosti, ktoré si môžu dovoliť obrovskú reklamnú kampaň. V poslednom čase sa akosi celá olympiáda premieňa na jeden reklamný šot. To, že sa im tieto investície vrátia je jasné, inak by to nerobili. Niečo krátkodobé získajú aj majitelia rekreačných zariadení a obchodov. Nabalia sa takisto ľudia podieľajúci sa na jej príprave. Už dnes sa investujú obrovské peniaze do propagácie kandidatury (stačí sa prejsť po Poprade a iných podtatranských rekreačných strediskách). Že sa na tom živí (alebo prizivuje?) mnoho ľudí je dosť zjavné a ešte

zjavné je, že by bolo treba viac tie peniaze aj inde. V čase rozhodovania o dejisku OH je tiež potrebné, aby bola časť športovísk a hotelov už postavená. A to je práve vhodná príležitosť pre niektorých ľudí ako prísť lacno napríklad k hotelu za peniaze určené na Olympiádu.

A čo to predstavuje pre prírodu? Okrem už spomínaného odpadu a nadmerného počtu turistov v už aj tak preťažených a zdevastovaných národných parkov to predstavuje aj dosť rozsiahle výrubu priamo na území týchto národných parkov. Konkrétne to je napríklad plánovaný výrub 3000 stromov pri Štrbskom plese na trať pre beh na lyžiach, ďalej 6,74 ha lesa v Jasnej, 1,76 ha lesa v Tatranskej Štrbe pre biatlon, 1,92 ha v Svite pre bobovú dráhu a ešte nejaké ďalšie ešte bližšie neurčené výrubu. Asi najhorúcejšia je zjazdovka FIS II, ktorá by sa mala vybudovať v Jasnej na severnom svahu Chopku. Plánovaný takmer 7 ha holorub sa nachádza nielen v Národnom parku Nízke Tatry, ale tiež v ochrannom pásme akumulácie pitnej vody, z ktorého sa zásobuje okolie Liptovského Mikuláša. Pritom súvislosť medzi holorubmi a povodňami je známa. Zaujímavý je ale tiež fakt, že výbor kandidatury na ZOH 2006 dal poľskému výboru (na tie isté OH kandiduje aj región Zakopaného) oficiálny súhlas, že ak vyberú Poľsko, tak budú môcť usporiadať zjazdové disciplíny v Jasnej. V Poľsku sa totiž strelí plány na výrub lesov v Tatrách s veľkým odporom a to nielen ekologických organizácií, ale aj vedcov a významných osobností poľskej kultúry.

O dejisku ZOH 2006 sa bude rozhodovať už onedlho. Presnejšie 14. - 20. júna na zasadnutí MOV v Soule. O tom aké máme šance nech si urobí záver každý sám. Môže sa ale stať, že napriek tomu, že u nás olympiáda nebude, tie lesy sa výrubu a niekto na tom celom zarobí.

Ondro Végh

Viac informácií získate od Leso ochrannárskeho združenia VLK, 082 13 Tulčík 27, tel./fax: 091-77 894 88, wolf@vadium.sk





Od 25. marca 1998 vyjadruje Don Schrader niekoľko krát do

Jeden človek a jeho protest

týždňa pred Univerzitou v New Mexico svoj protest. Hodinu a viac stojí na rušnom námestí v centre mesta, v ruke vždy jeden zo sedemnástich transparentov, ktoré vždy obmieňa. Do konca roku 1998 takto stál Don Schrader na námestí viac ako 125 krát. O svojom proteste hovorí:

- "Miesto, kde stojím, je veľmi dobré - veľa ľudí chodí okolo, rovnako veľa automobilov a autobusov. Vyrobil som si 17 nápisov, z ktorých vždy jeden držím behom dňa v ruke. Tu sú:
- 1) Som rád, že nemám auto, zbraň, TV ani veľký dom.
 - 2) Autá otravujú nás a celú zem.
 - 3) Bomby masakrujú deti, matky a otcov.
 - 4) Prečo zatracujete nahé telá a podporujete diabolské bomby?
 - 5) Neopijam sa, nejem mäso, mlieko, nezdravé jedlo, odmietam cigarety.
 - 6) Milujem zdravé jedlo a veľa pohybu
 - 7) Ako môže človek so svedomím platiť dane armáde?
 - 8) Ježíš povedal, "Milujte svojich nepriateľov" - skúste to s ním.
 - 9) Prečo zahŕňate v skazenosti? Milujem jednoduchý život.

10) Prečo by som mal mať viac ako potrebujem, zatiaľ čo iní trpia?

- 11) Prečo odsudzujete mužov v láske a podporujete mužov vo vojne?
- 12) Žiadne dane federálnej vlády za posledných 19 rokov - odmietam prispievať na vojnu.
- 13) Hrdosť homosexuálov znamená nežij viac v klamstvách.
- 14) Horúci sex, láska, romanca - muž + muž
- 16) Ježíš by nebombardoval.
- 17) Najhorší teroristický gang na svete - Spojené štáty.

Stretol som sa mnohými a rôznorodými reakciami - napadnutia, komplimenty, rozhovory, fotografovanie, úsmevy, agresívne gestá, podporné mávanie. Naučil som sa nevšimáť si stupidné útoky. Tieto protestné státi sú veľmi silnou duchovnou činnosťou - byť na očiach, zaujať pozornosť iných, stáť sa terčom odmietnutia či podpory, alebo ignorácie. Mám z toho skutočne radosť."

Don je koordinátor National War Tax Resistance Committee, kontaktovať ho možno na adrese: Don Schrader, 1810 Silver SE Apart B, Albuquerque NM 87106, USA

podľa Peace News, January 1999, spracoval Matúš Ritomský

KRUH ŽIVOTA NA INTERNETE

Ako vidíte nechali sme sa inšpirovať a preto okrem toho, že trávieme hodiny pri počítači písaním tohto časopisu sme vymysleli internetovú verziu KŽ, aby ste mohli aj vy stráviť viac času pred monitorom.

Ale teraz vážne. Rozhodli sme sa využiť Internet ako médium s veľkým dosahom a na ktorom je možné voľne publikovať. Stále viac ľudí má k nemu prístup, či už v škole, v práci, v internetových kaviarňach a pod. Prečo by na ňom mali byť len porno stránky, alebo rôzne komerčné ponuky tovarov. Možno ho využiť aj na pozitívnejšie účely. Napríklad práve také informácie ako podávame v našom časopise tu podľa nášho názoru chýbajú.



Nebude to ale iba elektronická verzia KŽ. Chceli by sme tam uverejňovať aj iné rozsiahlejšie materiály k určitým témam, ktoré nemožno všetky uverejniť v časopise. Už teraz tam nájdete niekoľko materiálov o globalizácii, genetických manipuláciách a postupne by sme tam chceli dať aj niečo o permakultúre, zeleňom anarchizme a inom. Časom by to mal byť kvalitný zdroj informácií o témach súvisiacich s našim časopisom.

kruh.virtualave.net
kruhziv@hotmail.com

AKTIVITY PROTI GM PLODINÁM

Skúšobné polia geneticky manipulovaných plodín v Indii ničené

Farmári združení v Karnataka Rajya Raita Sangha (KRRS, Astociácia farmárov štátu Karnataka) zahájili 'Kremáciu Monsanto', kampaň proti poliam GM bavlny tejto spoločnosti a mnoho iných farmárskych organizácií sa pripája. Počas prvých akcií bola väčšina polí GM bavlny zničená a spálená. Zároveň napadli aj kanceláriu firmy Monsanto a jej výskumné pracovisko. Výsledkom týchto akcií a rastúceho znepokojenia farmárov bolo, že vláda štátu Andra Pradesh požaduje od Myhycy Monsanto Biotech zastavenie ich pokusov na poliach, ktoré sa nachádzajú v siedmich distriktoch štátu. To však neznamená, že farmári týmto končia. Tvrdia, že nezastavia svoje akcie pokiaľ 'zostanú v krajine korporátni zabijáci ako Monsanto, Novartis, Pioneer atď.'

KRRS sú aktívni aj v otázkach globalizácie. Jednou z ich aktivít bude aj pochod 500 farmárov po Európe (viac informácií na str. 6)

Obavy vedca potvrdené

Dvadsať uznávaných vedcov vystúpilo na obranu svojho kolegu, ktorý vlnil varoval pred konzumáciou geneticky upravovaných plodín. Tie podľa neho môžu mať negatívny vplyv na imunitný systém a rast ľudského organizmu. 'Prekontrolovali sme všetky zverejnené údaje a došli sme k záveru, že doktor Arpad Pusztai mal pravdu. U krýs, ktoré boli desať dní živé upravenými zemiakmi, sa objavili známky poškodenia ľadvín, sleziny a čriev,' uvádza sa v prehlásení vedcov z trinástich krajín. Doktor Arpad Pusztai musel vlni opustiť prestížny Rowettov ústav v Aberdeenu potom, čo zverejnil výsledky svojej práce.

Anglická vláda a gentech priemysel

V Británii rastie odpor proti potravinám obsahujúcim GM plodiny. Rozvírilo ho hlavne potvrdenie výskumov dr. Putzaia. Naviac vyšlo najavo, že biotechnologické firmy, ktoré sa špecializujú na prípravu tohto druhu potravín, už dlho udržiavajú živé styky s členmi Blairovej vlády a širším okruhu labouristických politikov. Volanie po rezignácii ministra pre vedu lorda Sainsburyho, ktorý je zároveň majiteľ biotechnologickej firmy Diotech silnejú. Mimo iného sa zistilo, že táto firma je držiteľom celosvetového patentu práve na gén, ktorý podľa výskumu Dr. Pusztai spôsobil krysám zdravotné problémy. Podľa zápisov zo zasadania Dolnej snemovne od víťazných volieb sa členovia Blairovej vlády a ďalší vysokí činitelia zišli so zástupcami týchto firiem najmenej šesťdesiatkrát. Spoločnosť Novartis, zapojená do vývoja geneticky upravenej kukurice, v roku 1997 vynaložila 15 tisíc libier na sponzorovanie recepcie počas labouristickej konferencie. A labouristický poslanec Nick Palmer od tejto spoločnosti dostáva 5 tisíc libier ročne ako jej poradca.

V súčasnosti tlačí na vládu okolo 29 skupín od Greenpeace po rôzne kresťanské združenia a žiada riešenie otázky GM plodín. Po tom čo Tony Blair vyhlásil, že on nemá obavy z týchto potravín dostal od Greenpeace 'malý darček'. Pred jeho dom mu vysypali 4 tony geneticky manipulovanej sóje, s vyhlásením, že ju dovezl do jedného z mála domovov v Británii, kde ju chcú jesť. Výsledkom je zatiaľ oddialenie povolení pestovať GM plodiny minimálne do roku 2000.

Žaloba za povolenie GM plodín produkujúcich BT toxín

Greenpeace spoločne s Mezinárodnou federáciou organického poľnohospodárstva (IFOAM) a 22 americkými farmármi začali 20. februára Federálnu agentúru pre ochranu životného prostredia USA (EPA), so zámerom prinútiť ju stiahnuť všetky povolenia pre geneticky modifikované plodiny obsahujúce gén, ktorý spôsobuje, že rastlina produkuje BT-toxín (viac na str. 7).

Problémy s GM zemiakmi v Gruzínsku

Když americká spoločnosť Monsanto za finančného príspevku Európskeho únie prodala gruzínskym pestiteľom 133 tun geneticky pozměněných brambor, bylo to oslavováno div ne jako humanitární pomoc pro chudou krajinu třetího světa. V Gruzii však došlo k pohromě. Zemědělci, kteří se přihlásili ke genetickému experimentu, měli katastrofálně nízkou úrodu. Místo předpokládaných 18 až 22 tun brambor na hektar sklízeli méně než 8 tun. Houbové onemocnění Phytophthora zničilo velkou část bramborových hlíz. Další polovina sklizených brambor shnila. Nejhorší však je, že se díky tomuto nebezpečnému experimentu geneticky modifikované brambory nyní asi nekontrolovaně šíří po Rusku, Gruzii a Azerbajdžanu.

Monsanto využilo skutečnosti, že v Gruzii neexistuje žádná státní kontrola zabývající se geneticky modifikovanými organismy (GMO). Gruzínská legislativa dovoz GMO nijak nereguluje.

Počas konania summitu EÚ a G-8 v Kolíne sa pripravuje množstvo protestných a alternatívnych aktivít. Tu sú niektoré z najhlavnejších.

18. JÚN - deň protestov, akcií a festivalov

vo finančných centrách po celom svete. Tak ako minulý rok to bola Global SP, aj v tento deň sa uskutočnia protesty najroznejšieho druhu po celom svete. V Prahe bude opäť Street Party

Alternatívny summit

sa uskutoční 18.-20. júna paralelne s oficiálnymi summitmi. Jeho zmyslom je poskytnutie priestoru pre hnutia a skupiny z mnohých krajín, vyjadrenie rôznych stanovísk a názorov, nadviazanie nových kontaktov a plánov pre budúcnosť.

Akčný tábor

sa bude konať počas celého konania summitov a bude slúžiť na zbliženie ľudí, debatovanie a plánovanie priamych akcií.

Demonštrácia proti summitu G-8

sa bude konať 19. júna v Kolíne za účasti ľudí z mnohých krajín a medzi hlavné požiadavky bude patriť odpustenie všetkých dlhov rozvojovým krajinám, vytvorenie nového globálneho ekonomického usporiadania sveta a otvorenie hraníc pre všetkých.

Karavána Indických farmárov

Na jar 1999 bude po bohatých krajinách Európy prechádzať karavána 500 malých farmárov z Indie, ktorej cieľom je upozorniť Európanov na svoje problémy, na hrozbu, akou sú pre lokálnych farmárov, maloobchodníkov, pre pôvodný spôsob života ľudí a životné prostredie v Indii aktivity WTO. Karavána plánuje uskutočňovať akcie proti firmám a inštitúciám, ktoré podporujú "voľný obchod". V 20 autobusoch navštívia farmári s Indii 8 európskych krajín. Na akcii participujú aj účastníci z ostatných kontinentov. Viac informácií na adrese: June 18th, P.O.Box 9656, London, N4 4JY, Great Britain

Na Internet: Peoples Global Action: <http://www.agp.org>
Reclaim the Streets: <http://www.gn.apc.org/rts/>
June 18th web-site: <http://www.gn.apc.org/june18>

POULIČNÉ SLÁVNOSTI - STREETPARTY '99

"Nič nežiadame, nič nechceme, berieme si späť to, čo nám patrí - naše ulice, naše životy"

1.pouličná slávnosť v Brne

sa uskutoční 22.5. 1999 o 14.00 na Nových sadoch (5 minút pešo od nádražia ČD). Súčasťou bude produkcia hudobných skupín a sound systémov, informačné stánky o životnom prostredí, ľudských právach, právach zvierat, alternatívnom životnom štýle a proti dialnici R43. Pouličná slávnosť oživi divadlo, bubnovanie, tanec, petovanie, malovanie, loptové hry... k dispozícii bude vegánske občerstvenie.

Informácie: ČSAF, P.O.Box 19, 625 00 Bmo, tel.0603-574269
<http://www.mujweb.cz/www/www/mjp/>

Street party v Prahe

sa uskutoční v sobotu 5.6.1999 o 14.00 na Těšnově (metro Florenc trasa B a C). Streetparty bude súčasťou medzinárodného dňa proti bankovým a finančným centrá.

Streetparty bude doprevádzať vystúpenie živých kapiel (ska, reggae, folkpunk), niekoľko mobilných soundsystémov, viac ako 30 DJ's (house, techno, jungle, drum'n'base, dub, hiphop, speedgarage), fire show, break dance, infostánky, veg.občerstvenie, zábava na každom kroku

"Devastácia životného prostredia, ekonomická kríza, vojny, chudoba... deštrukcia celej planéty, ľudí a zvierat. Riešením týchto problémov je podľa "expertov" jedine ekonomická prosperita a voľný obchod, ale to vedie len k posilňovaniu vplyvu mocných a k ďalšiemu ožobracovaniu chudobných a celej Zeme. Hovoríme UŽ DOST! Nový, lepší svet je možný! Globálne hnutie odporu rastie a naše hlasy silnejú. Príďte aj vy vyjadriť svoj postoj k tomu, čo vás trápi."

Informácie: P.O.Box 237, 160 41 Praha 6
e-mail: akce99@seznam.cz
<http://www.geocities.com/rainforest/canopy/1651>

PROTESTY PROTI KONFERENCII EÚ A G-8

Medzi 3. a 20. júnom tohoto roku sa očakáva v Kolíne účasť tisícok ľudí na protestoch proti summitom Európskej únie a štátov G-8 (osem tzv. najvyšších zemí sveta). Po tieto dni sa stane Kolín miestom masových demonstrácií, kongresov a akcií s cieľom ukázať najvyššie postaveným politikom EÚ a G-8, ktoré predstavujú vedúce ekonomické sily na svete, názor mnohých ľudí na súčasnú situáciu a perspektívu charakterizovanú sociálnou nerovnosťou nepredstaviteľnej veľkosti.

Príčiny nespokojnosti

Títo politici hovoria o globalizácii ako o nevyhnutnosti, znovu opakujú, že nemáme možnosť výberu a ospevujú politiku, ktorej jediným cieľom je vytvoriť optimálne podmienky na využívanie práce ľudí a drancovanie prírodných zdrojov pre zvyšovanie ziskov nadnárodných spoločností a korporácií. Tieto firmy a spoločnosti, ktoré sú doma všade a nikde, nepretržite pracujú na vytvorení novej svetovej kultúry, v ktorej hrajú miestne tradície a záľuby stále menšiu úlohu, pričom biznis nenápadne určuje, čo ľudia cítia a vnímajú.

Zbytky sociálnych istôt a štruktúr solidarity sú ničené a ľudia sú vrhnutí do sveta riadeného ekonomickými a obchodnými záujmami. Nižšie a stredné príjmy ľudí stagnujú alebo dokonca klesajú, pričom prudko rastú špičkové príjmy, vzniká trieda superbohatých a rozdiely medzi bohatými a chudobnými sa zväčšujú. Na dne spoločnosti narastá vrstva nepotrebných a diskvalifikovaných, ktorá v mnohých krajinách už prekráčať 10% obyvateľstva. Nevyhnutným dôsledkom je nárast sociálnej a rasovej diskriminácie a neznášanlivosti, ktorá prináša posilňovanie armádnych a policajných síl v mene "ochrany záujmov spoločnosti".

Krajiny Tretieho sveta ostávajú stále pozadu za najbohatšími štátmi sveta. Priepasť medzi chudobnými a bohatými je obrovská - 20 percent ľudí žijúcich v krajinách s vysokými príjmami spotrebúva 86 percent tovaru a služieb. Traja najbohatší ľudia na svete majú bohatstvo, ktoré sa rovná súčtu hrubých domácich produktov 48 najchudobnejších krajín sveta. Najchudobnejších 20 percent obyvateľstva naproti tomu spotrebúva iba 1,3 percenta celkového objemu tovaru a služieb na svete.

Ako následok svetovej politiky môžeme vidieť viac ako 100 miliónov utečencov, hladajúcich úkryt pred chudobou, vojnami, útlakom a degradáciou životného prostredia. EÚ a G-8 proti nim buduje opevnenia na svojich hraniciach. Pritom ani život utečencov vo vnútri týchto hradiel nie je bezpečný, keďže národnostná politika a každodenný rasizmus kráčajú ruka v ruke.

Summit v Kolíne má byť významnou udalosťou a príležitosťou ukázať na prahu nového tisícročia silu a stabilitu súčasného svetového ekonomického systému, ktorého podobu určujú inštitúcie ako sú EÚ a G-8 spolu s ďalšími zoskupeniami presadzujúcimi globalizáciu a liberalizáciu ako WTO (Svetová obchodná organizácia), MMF (Medzinárodný menový fond), OECD (Organizácia pre ekonomickú spoluprácu a rozvoj), Svetová banka atď.

Rastúci odpor

Vôľa ľudí na celom svete postaví sa proti systému založenom na maximalizácii zisku stále rastie. Stále viac ľudí odmieta byť pasívnym a bezmocným svedkom "globalizácie". V Nigérii mladí ľudia protestujú proti ničeniu životného prostredia firmou Shell, v Brazílii vzniká mohutné hnutie bezzemkov a ľudia okupujú pôdu bohatých vlastníkov, v Rusku štrajkujú baníci, ktorí už mesiace nedostali žiadne mzdy, v Mexiku

indiánsky farmári bojujú proti neoliberalnej politike ich vlády, v Turecku stále viac študentov odmieta slúžiť v armáde na protest proti vojne proti kurdskému ľudu, v Indonézii populácia ľudí žijúcich v chudobe protestuje proti projektom IMF (Svetového menového fondu).

2. mája 1998 demonštrovalo viac ako 100 000 ľudí v Heyderabade - hlavnom meste juhoindického štátu Andhra Pradesh za vystúpenie Indie z WTO. Demonstráciu usporiadala nová organizácia JAFIP (Joint Action Forum of Indian People against the WTO). Pred akciou vydal JAFIP prehlásenie, v ktorom sa uvádza: "Týmto vyhlasujeme, že WTO je našim nepriateľom. Táto nikomu zodpovedná a notoricky nedemokratická organizácia nielen saje energiu, krv a pot z dvoch tretín svetovej populácie, ale ničí



aj prírodné prostredie a naše tradičné poľnohospodárstvo, čo nás tlačí do pozície obeť konzumného hospodárstva nadnárodných koncernov...".

Na medzinárodnej úrovni vznikajú rôzne zoskupenia a kampane, ktoré spájajú ľudí z mnohých krajín. Kampaň Jubilee 2000 má za cieľ upozorniť na narastajúcu ekonomickú závislosť krajín Tretieho sveta, medzinárodná sieť Peoples Global Action vznikla na základe Zapatistickej a francúzskej iniciatívy Attac! a jej cieľom je sledovať inštitúcie globálneho kapitálu.

Nie len v krajinách Tretieho sveta ľudia protestujú proti korporačnej politike. V júni 1997 viac ako 50 000 nezamestnaných z Francúzska, Talianska, Veľkej Británie, Belgicka, Grécka, Skandinávie, Španielska, Portugalska a Nemecka pochodovalo na protest proti summitu Európskej únie v Amsterdame. V máji 1998 pri summitu G-8 v Birminghame demonštrovalo okolo 60 000 ľudí za odpustenie dlhov chudobným zemiam Tretieho sveta. V čase konania tohto summitu od 16. do 20. mája prebehli koordinované akcie vo viac ako 20-tich krajinách v podobe Street party, ilegálnych kamealov, protestov a priamych akcií. V Birminghame sa pouličných party a hepeningov zúčastnilo asi 8000 ľudí, ktorí vyslovili nesúhlas s prebiehajúcim stretnutím G-8. Utečenci a emigranti sa sami organizujú proti budovaniu hradiel na hraniciach EÚ. Vo Francúzku existuje organizácia Sans Papiers, v Británii hnutie Anti-Deportation Campaign, v Nemecku Kein Mensch ist illegal ("Žiadny človek nie je ilegálny").

Rovnako významné sú ekologické hnutia, protesty proti jadrovej energii, dopravnej politike EÚ, budovaniu dialnic. Všetky tieto aktivity tvoria silu, ktorá vytvára silnú protiváhu snahám svetových ekonomických a politických špičiek podriať život na Zemi záujmom voľného trhu a globálneho obchodu.

Prípravovaný summit EÚ a G-8, alternatívne akcie a protesty proti politike EÚ a G-8 predstavujú príležitosť pre zjednotenie širokého spektra aktivít a vybudovanie základu pre nové historické skúsenosti, rôzne formy a modely protestov, odporu a vytvárania alternatívnych štruktúr spolupráce medzi ľuďmi.

Preložil a spracoval Matúš Ritomský



Čo ti spôsobuje najväčšie problémy pri tvojom pobyte na vrchole stromu?

Spočiatku ma najviac frustrovalo, že som nemohla byť na dvoch miestach naraz. Som totiž žena, ktorá chce mať všetko pod kontrolou a mnohokrát počas akcie som mala chuť zísť dole a pomôcť zaisťovať a naprávať veci, ktoré sa nedarili. Ale vedela som, že to tentokrát nie je mojou úlohou.

Uvedomujem si, že sa nemôžem dotknúť mojimi nohami zeme pokým nepocítim, že som urobila všetko pre pozdvihnutie vedomia ľudí o dôležitosti skončenia deštrukcie starých lesov.

Bolo to niečo ako vnútorný hlas, ktorý ťa priviedol k rozhodnutiu vyliezť na strom?

Toto rozhodnutie bolo, myslím, vo mne hlboko zakorenené. Všetko v mojom živote mi pomáha byť tam, kde som. Cítim, že každý máme v živote určité poslanie. Moje poslanie, ako ho dnes chápem, je šíriť posolstvo lásky a rešpektu... Som tu, pretože ma vesmír prostredníctvom Luny zavolať. Bolo pre mňa požehnaním, že som mala dostatočne otvorené srdce a počula toto volanie. Vzdala som sa všetkého. Keby som to neurobila, nemohla by som otvoril svoje srdce a prijať posolstvo.

Aká bude podľa teba budúcnosť kampane Headwaters?

To nemôžem presne predpovedať. Jednou z vecí, ktoré som sa naučila, je poznanie, že ak niečo očakávate, musíte byť pripravení, že sa stane úplne niečo iné.

Nepoznám všetky odpovede. Ale cítim, že sa nám podarila významná vec. Preniesť boj o lesy z lesov do mesta. Niekde som počula vyjadrenie: 'Sme vonku v lesoch, pretože tu sa rozhoduje o ich budúcnosti.' Myslím, že to tak nie je. O budúcnosti sa rozhoduje na stoloch Charlesa Hurwitza, Johna Campbella (ľudia rozhodujúci o projektoch ťažby lesov), v CDF (California Department of Forestry - Kalifornský úrad lesného hospodárstva) kde sa dávajú razítka na plány

"Strach a hnev nás spúta. Robí nás pešiakmi v hre niekoho iného. Láska nás oslobodzuje a dáva nám silu postaviť sa proti deštrukcii a útlaku. Klamivosť ich hry môžeme vidieť iba ak ju odmietneme hrať."

o ťažbe dreva. Dôsledkom týchto rozhodnutí sú potom padajúce stromy v lesoch. Preto je dôležité, aby ľudia bojovali nie len v lesoch, ale aj na miestach, kde sa o budúcnosti lesov rozhoduje.

Je tiež veľmi dôležité, aby si verejnosť uvedomila, že tu nejde o súboj ekologov versus drevorubačov. Je dôležité vysvetliť ľuďom, že je to aj v ich záujme chrániť prastaré lesy a že my sme vlastne rovnakí ľudia ako oni.

Aký je podľa teba najlepší spôsob ako šíriť túto filozofiu?

Záleží na mnohých veciach... Teraz cítim, že by sme predovšetkým mali prevziať späť naše práva zvrchovaných jednotlivcov. Máme právo, ako individuality, riadiť svoj život v súlade s láskou a rešpektom. Ľudia sa vzdali moci, ktorá prináleží individualitám, teraz by si ju mali znovu vziať. Pri mojich modlitbách som obdržala toto posolstvo: "Strach a hnev nás spúta. Robí nás pešiakmi v hre niekoho iného. Láska nás oslobodzuje a dáva nám silu postaviť sa proti



JEDENÁST MESIACOV V KORUNE STROMU

V minulom čísle Kruhu života sme priniesli krátku správu o Julii Butterfly, ktorá strávila 11 mesiacov v korune 1000 rokov starého stromu Luna, aby zabránila jeho zofatiu a upozornila na ničenie prastarého lesa v mieste nazývanom Headwaters, ktoré leží v Severnej Amerike. Vďaka tomuto činu sa informácie o boji za záchranu pôvodných lesov dostali k ľuďom na celom svete a Julia Butterfly dokázala, aký obrovský význam a odozvu môže mať odhodlanie jediného človeka.

Nasledujúci rozhovor s Juliou Butterfly je uskutočnený niekoľko dní pred tým, ako sa Julia po jedenástich mesiacoch znovu dotkla nohami zeme.



deštrukcii a útlaku. Klamivosť ich hry môžeme vidieť iba ak ju odmietneme hrať."

Naša nádej leží v návrate k našim právam, ale s láskou. To je veľmi ťažké pre mnohých ľudí. Bolo to ťažké aj pre mňa, stála som tu, keď stromy padali na zem a tí muži, ktorí ich zotínali, na mňa pokrikovali odporné veci. Bolo veľmi ťažké neupadnúť do ich negatívnych emócií.

Máme mnoho dôvodov na strach a zlosť. Okolo nás je mnoho vecí, ktoré v nás prebúdajú tieto pocity. Ale pri mojich akciách som sa naučila všetky tieto pocity vložiť do veľkej diery, ktorú vo mne vyhlbil pohľad na tie padajúce stromy a príkyt ich láskou pochádzajúcou od Zeme. My všetci, ako spoločnosť, každý deň ničíme planétu. A planéta nám každý deň, najlepšie ako vie, dáva život. Ak toto nie je láska, potom neviem, čo je.

Čo si myslíš o poškodzovaní majetku v snahe chrániť tento 2000 rokov starý les?

Keď som sa prvýkrát vyšplhala na môj strom a obzrela sa dookola, uvidela som stroje Pacific Lumber (spoločnosť ťažiacu drevo) a hneď ma napadlo, bez akéhokoľvek premýšľania: "Môj bože, čo všetko by som mohla urobiť s dobrým rakietometom!" Ale nakoniec to bola vec, ktorú nikto z nás nikdy neurobil. Postupne som si uvedomila, že ak chceme pozitívnu budúcnosť, všetko čo robíme, naše akcie, slová a myšlienky musia byť pozitívne, pretože vytvárajú podobu našej reality.

Veci ako sabotovanie (monkeywrenching) môžu dočasne vyriešiť veľmi naliehavý problém. Najdôležitejšou vecou pri tom je vedomie ľudí. Ak chceme pozitívnym spôsobom ovplyvniť vedomie, nikdy sa nám to nepodarí negatívnymi akciami. Veci ako majetkové sabotáže nie sú násilím na človeka, ale nie sú ani pozitívnou akciou.

V srdci týchto korporácií sú ľudia z mäsa a kostí, rovnako ako my. Títo ľudia riadia buldozéry a Charles Hurwitz zvyšuje mieru deštrukcie, pretože majú vo svojom vnútri prázdno. Ak na nich útočím, pomáham plniť toto prázdno negatívnymi emóciami. Jediná šanca, ktorú máme, je naplniť tú prázdnotu láskou.

Čo by si ty robila, keby si mohla jeden deň stráviť osamote s Charlesom Hurwitzom?

Prvá vec, ktorú by som mu povedala, by bola, že Zem a ja ho milujeme. Môže pokračovať v ničení fyzickej podoby tejto lásky, ale nikdy nebude schopný zničiť lásku, pretože tá si nekladie žiadne podmienky. Potom by som pokračovala a snažila by som sa, aby pochopil, čo takáto láska znamená... Zobrala by som ho do týchto lesov, ukázala mu tieto tisíc rokov staré stromy a vysvetlila by som mu, čo v skutočnosti znamenajú pre planétu.

Snažila som sa študovať správanie Charlesa Hurwitza a zistila som, že to čo robí je pre neho ako šachový zápas. Nie je to nutne snaha ničť životné prostredie, chce proste vyhrať tento zápas.

Aké skúsenosti máš s médiami, zaujímavými sa o Teba a o tento problém?

Média poznajú tento problém, ale uprednostňujú skôr ľudsky zaujímavý príbeh. Ja som bola pre média zaujímavá, a preto som sa snažila zo všetkých síl využiť to, a dostať problém ničenia starých lesov k ľuďom.

Často sa pritom stávalo, že otázky v rozhovorech sa viac týkali mňa osobne, ako hlavného problému. Niekedy som zažila brutálne verbálne útoky. Ale dostala som aj veľa listov, ktoré prinášali poďakovanie za to, že šírim posolstvo lásky.

Väčšina rozhovorov pre média sa točila okolo otázok, ako som sa umývala alebo ako som žila sexuálne. Ale ja som si povedala, že je v po-

V srdci týchto korporácií sú ľudia z mäsa a kostí, rovnako ako my. Títo ľudia riadia buldozéry a Charles Hurwitz zvyšuje mieru deštrukcie, pretože majú vo svojom vnútri prázdno. Ak na nich útočím, pomáham plniť toto prázdno negatívnymi emóciami. Jediná šanca, ktorú máme, je naplniť tú prázdnotu láskou.

riadku zabaviť sa, ak pomocou toho môžem hovoriť aj o láske a rešpekte a zasadiť v ľuďoch semienka, ktoré jedného dňa vyrastú a zmenia sa na les, ktorý nebude môcť nikto zničiť.

Za akých okolností sa rozhodneš opustiť Lunu a vrátiť sa na zem?

Dala som svoje slovo, že sa nedotknem nohami zeme, pokiaľ nepocítim, že som urobila všetko, čo som mohla pre pozdvihnutie vedomia ľudí a zastavenie deštrukcie. Prichádza bod v čase, keď bude dokončená moja úloha tu na strome. Blíži sa čas, keď budem môcť urobiť viac na zemi, keď môj pobyt na zemi bude efektívnejší ako tu na strome. Môj duch ma priviedol na tento strom. Každý deň som sa modlila, prosila o čistotu a jasnosť mojich myšlienok, slov a činov, aby sa tak stali čo najmocnejšie a najpozitívnejšie. Konečná odpoveď príde v modlitbách a počúvaní, čo mi hovorí môj duch.

z Earth First Journal November - December 1998 preložil a skrátil Matúš Ritomský



Podstata génových technológií

Začnem u génových technológií ako takých. Vo svojej podstate predstavujú veľmi názorné použiteľné už prežitého a vo svojej podstate veľmi nebezpečného mechanistického pohľadu na svet. Ten vznikol s rozvojom novovekej vedy v 17. storočí a zredukoval vesmír, vrátane živých organizmov na akýsi gigantický stroj. A tak sa aj živé bytosti zredukovali na akýsi mechanizmus, ktorý sa vyvíja náhodnými mutáciami. A práve génové manipulácie tento pohľad veľmi názorne uvádzajú do praxe. Vychádzajú z presvedčenia, že zmenou usporiadania genetického kódu možno zmeniť vlastnosti organizmu podľa nášho príania. Neuvedomujú si, že živá bytosť je ďaleko viac než len mechanizmus,

ktorý odovzdáva svojim potomkom svoj program. Dnes už padli aj predstavy o náhodnom vývoji a začína sa skôr uvažovať o inteligentne usmernenom procese vývoja. Ukázalo sa, že iba usporiadaním génov nemožno vysvetliť ako vznikne z jednej bunky celá bytosť, alebo ako sa prenášajú na potomkov rôzne inštinkty, alebo zvyky ich predkov.

Prí génových manipuláciách je snahou preniesť určité vlastnosti jedného organizmu na druhý, pričom do rastlín napr. sóje sú vkladané gény baktérií, alebo dokonca zvierat, ako napr. škorpión. Nie je to však až také jednoduché, ako sa prezentuje. Génová inžinieria tvrdí, že takto dokážu dosiahnuť požadované vlastnosti ďaleko spoľahlivejšie než prirodzeným krížením a že preto by mali byť GM organizmy aj bezpečnejšie. Úskalí tohoto zjednodušujúceho pohľadu osvetľuje profesorka biológie na Open University Mae-Wan Ho, autorka knihy *Forthcoming Genetic Engineering: Dream or Nightmare*. Ako sa zistilo, určitá vlastnosť nie je totiž daná určitým génom, alebo skupinou génov, ale skôr nesmierne zložitými vzťahmi medzi mnohými génmi. A tak zmena jedného génu má tendenciu meniť vlastnosti organizmu nelineárnym a nepredvídateľným spôsobom. Zisťuje sa tiež, že DNA podlieha nepretržitým dynamickým zmenám, a tak samotná nemôže zaisťovať dedičnosť. Tu ide skôr o komplex spätňoväzobných vzťahov medzi prostredím, dejmi v organizme a jeho genómom. Upozorňuje tiež na to, ako propagátori gentechnológií tvrdia, že GM organizmy sa vlastne nelíšia od prirodzených organizmov. Uvádza zároveň hlavné rozdiely, ktoré odporujú tomuto tvrdeniu:

1. Genetické modifikácie užívajú laboratórne techniky na rekombináciu genetického materiálu medzi druhmi, ktoré by si ich za normálnych okolností vymieňali len s veľmi malou pravdepodobnosťou.
2. Zatiaľ čo konvenčné šľachtiteľstvo prenáša rôzne formy rovnakého génu medzi blízko príbuznými druhmi, genetické manipulácie umožňujú vkladanie celkom nových (exotických) génov s celkom nepredvídateľnými dôsledkami pre fyziológiu a biochemiu výsledného transgénneho organizmu.
3. Génové manipulácie a značná časť prenosu génov je sprostredkovaná vektormi s radou nežiaducich vlastností:

- Sú odvodené z choroboplodných vírusov, či plazmidov - genetických parazitov, ktoré sú schopné invadovať bunky a stať sa 000000000a súčasťou ich genómu, spôsobujú tak zmeny s nepredvídateľnými fyziologickými a biochemickými efektmi.
- Sú vytvorené na to, aby prekračovali medzidruhové bariéry a uľahčovali tak prenos génov. Široké spektrum ich hostiteľov im umožňuje infikovať mnoho rôznych druhov a náhodne v nich 'zberať' gény iných vírusov.

- Stále častejšie majú vektory slúžiť na prekonanie bunkových mechanizmov, ktoré vylučujú, alebo inaktivujú cudziu DNA a stále účinnejšie tak oslabujú integritu druhov.

Tieto vlastnosti robia z génových manipulácií zdroj nových problémov a rizík, ktoré s ohľadom na zájomné pôsobenie génov vedú k nepredpokladaným a nezamýšľaným dôsledkom.

Patenty na život

Veľmi sporným faktom okolo génových manipulácií sú tiež patenty na živé bunky, alebo dokonca celé organizmy. Ide tu o dotiahnutie súkromného vlastníctva do absurdna. Absurdný je už samotný pojem vynález, ktorý sa v tomto prípade

OTÁZNIKY OKOLO GÉNOVÝCH TECHNOLOGIÍ

Či chceme alebo nie, génové technológie stále viac vstupujú do našich životov. Ich nástup je v mnohom podobný nástupu jadrového priemyslu. Sú stále ešte veľkou neznámosťou s nevypočítateľnými dôsledkami. Na druhej strane sa do nich investujú značné finančné prostriedky zo strany priemyselných koncernov a vedie sa okolo nich veľká reklamná kampaň. Ako už názov napovedá, tento článok by mal priblížiť hlavné výhrady ku génovým technológiám. Napriek tomu, že stále viac prenikajú do našich životov, ťažko u nás absolútna neinformovanosť o tomto probléme. Je to však hľadne široká problematika a preto sa zameriam hlavne na geneticky manipulované plodiny, ktorých otázka sa stáva veľmi aktuálnou. Vo svete rastú protesty proti ich pestovaniu a používaniu v potravinách, ale u nás sa ešte ani nepripravuje zákon, ktorý by o nich pojednával.

spája s časťami prírody. Právne je to formulované tak, že patentové položky musia byť inovatívne iba v tom zmysle, že k ich vytvoreniu bol potrebný nejaký krok, ktorý nebol zrejmy každému, kto je oboznámený so základným stavom poznania v danej oblasti. Farmaceutickým firmám dovoľuje napríklad patentovať si niektoré zložky liečivých rast-



registračné číslo európskeho patentu na krvné bunky z pupočných šnúr a placent čerstvo narodených detí

lin známych prírodným národom už tisícročia. Môže byť vlastne nejaký gén vynálezom? Avšak právny výklad 'novinky' v patentovom zákone hovorí, že ide o niečo, čo je po prvý krát k dispozícii k verejnemu použitiu. To by ale umožňovalo pred určitým časom patentovať si okrem ťažobných strojov aj uhlie.

Príkladom toho, kam až to môže dôjsť je európsky patent pre spoločnosť Biocyte na krvné bunky z pupočných šnúr a placent čerstvo narodených detí. Patent dáva firme právo na získavanie a spracovanie buniek bez toho, aby potrebovala súhlas darcu. Potreba patentov je často obhajovaná potrebou výskumu nových liečiv a liečebných metód. Majú sa stať stimulom pre ďalšie bádanie. Je však otázne, či to bude mať naozaj takýto efekt. Patent sa totiž stáva ochrannou hradbou, ktorá vymedzuje určitú oblasť výskumov len pre vlastníka patentu, a tak obmedzuje slobodu výskumu. Mal by tiež za následok predrazenie mnohých liečebných

metód, pretože by bolo potrebné platiť aj za používanie patentovaného prostriedku.

Ekologické nebezpečenstvo

Jednou zo základných vlastností GM plodín je ich odolnosť voči herbicidom vyrábanému ich tvorcom. Napríklad sója (ale aj kukurica, bavlna, cukrová repa, repka a ľan) firmy Monsanto je odolná voči totálnemu herbicidu RoundUp (účinná látka je glyfosát). To znamená, že pri pestovaní takejto plodiny sa použije herbicid a ten zahubí všetku burinu naokolo. Výrobcovia tvrdia, že GM plodiny znižujú používanie herbicidov, pretože sa používajú vtedy, keď ich je naozaj treba. Je to však dosť sporné, nakoľko to podporí používanie herbicidov aj

u tých farmárov, ktorí ho pred tým veľmi nepoužívali a je tiež otázne, či farmári naozaj znížia dávky.

V každom prípade však používanie herbicidov na mnohohektárových monokultúrnych poliach GM plodiny zahubí všetky ostatné rastliny, čo následne narušuje potravinový reťazec v okolí (hmyz, vtáky atď.) Predstavuje narušenie diverzity aj z toho hľadiska, že predstavuje masové rozšírenie jednej odrody nanúkor ostatných odrôd.

Ďalším rizikom je krížením s divokorastúcimi druhmi. Pri sóji je problémová hlavne divoká odroda sóje v Japonsku. U nás môže byť problematická zase repka olejná, ktorá má príbuzný divokorastúci druh. O tom, že to je možné, svedčia už viaceré prípady. Problémom

je tiež zmiešanie s bežnými odrodami danej plodiny. Zatiaľ sa síce GM plodiny majú pestovať s ochranným pásmom nemanipulovanej odrody a v predpísanej vzdialenosti od najbližšieho iného poľa danej plodiny. To však nepredstavuje dostatočnú ochranu. Po prvé sa to zďaleka nie vždy dodržiava (napríklad firma Monsanto musela zničiť úrodu pokusnej repky, ktorá bola len 2,5 metra od najbližšieho poľa namiesto 400 m) a na druhej strane nemožno zabrániť prenosu genetickej informácie prostredníctvom peľu prenášaného včelami, alebo vetrom. Príkladom môže byť prípad jedného amerického výrobcu ekologických potravín, firmy Terra Prima, ktorá musela stiahnuť z obehu svoje kukuričné lupienky po tom čo sa zistilo, že obsahujú GM kukuricu. Došlo k tomu pravdepodobne genetickým prenosom z okolitých polí, kde sa pestovala táto kukurica. Vzniká tu tak nový pojem a tým je 'genetické znečistenie'. Ešte nebezpečnejšie je pestovanie takejto kukurice v Mexiku, kde existuje asi 300 druhov kukurice, vrátane jej divokého predka. Prevládnutie GM odrody by tu bolo hrozbou pre biodiverzitu, ktorá je nevyhnutná pre ďalší vývoj života na zemi.

Ale asi najaktuálnejším ekologickým dosahom je nebezpečenstvo vzniku odolnosti voči Bt-toxínu u škodcov. Génovými manipuláciami boli vytvorené plodiny (hlavne kukurica firmy Novartis) produkujúce Bt-toxín. To sa dosiahlo vložením génu z baktérie nazývanej *Bacillus Thuringiensis* (Bt). Táto látka sa už desiatky rokov používa ekologickými farmármi ako jedna z hlavných biologických neškodných alternatív voči chemickým pesticidom. Širšie zavedenie Bt-plodín, ktorých celá rastlina túto látku obsahuje by s najväčšou pravdepodobnosťou viedlo v priebehu niekoľkých rokov k vzniku odolnosti voči Bt-toxínu u škodcov. To by malo ďalekosiahle následky pre ekologických poľnohospodárov, ktorí by tak prišli o účinný prostriedok v boji so škodcami. Z toho dôvodu krajiny ako napríklad Nórsko, Luxembursko a Rakúsko zakázali dovoz a pestovanie plodín obsahujúcich Bt-toxín a vo februári tohto roku zažalovali Greenpeace spoločne s Medzinárodnou federáci-



ciou organického poľnohospodárstva (IFOAM) a 22 americkými farmármi Federálnu agentúru pre ochranu životného prostredia USA (EPA), aby ju prinútili stiahnuť všetky povolenia pre geneticky modifikované plodiny obsahujúce tento gén.

Zdravotné riziká

Najväčší problém zo zdravotného hľadiska predstavujú tzv. "markery" rezistentné voči antibiotikám. Tieto slúžia na selektovanie buniek (použitím daného antibiotika), do ktorých DNA bol úspešne vložený požadovaný gén. Existuje reálne nebezpečenstvo prenosu odolnosti na rôzne patogénne baktérie. Aj keď sa zatiaľ ešte nepreukázalo, nie je to možné vylúčiť a ani zanedbať. Genetici zvyknú argumentovať, že ide o bežné antibiotiká

ako penicilín, alebo ampicilín, ktoré možno nahradiť inými. Ale napríklad zemiaky holandskej spoločnosti Avebe obsahujú gén odolnosti voči amikacínu, alebo iné rajčiny sú zase odolné voči kanamycínu. Tieto antibiotiká sa používajú v kritických situáciách a ako posledná šanca, keď ostatné zlyhajú. Preto je snaha používať ich v zdravotníctve čo najmenej. Proti voľnému pestovaniu takýchto zemiakov sa napríklad vyjadrila Vedecká rada pre rastliny pri Európskej komisii.

Takisto viacero štátov, napríklad Nórsko, Rakúsko, Luxembursko a iné sa stavia proti plodinám s génom odolnosti voči antibiotikám.

Iným zdravotným nebezpečenstvom je **riziko alergických reakcií**. Riziko je oproti bežnej sľachtenej plodine väčšie z dôvodu, že sa nám do stravy dostávajú potraviny s génmi organizmov, ktoré bežne nie sú súčasťou nášho potravinového reťazca (napr. skorpion, petúnia, karfiolový vírus atď.) a tiež kvôli nepredvídateľnému vzájomnému pôsobeniu génov. Príkladom môže byť prípad sóje, do ktorej bol vpravený gén z para orechov s cieľom zvýšenia obsahu bielkovín, čo sa však prejavilo aj alergickými reakciami.

Sociálne riziká

Jedným z hlavných argumentov tvorcov geneticky manipulovaných plodín je, že **chcú zasýtiť hladujúce ľudstvo. Problém hladu však nespočíva v tom, že sa nedopestuje dostatok potravín, ale v ich rozdelení**. Rozvojové krajiny, v ktorých ľudia hladujú, väčšinou pestujú potraviny, alebo dokonca plodiny ako tabak, káva, čaj na vývoz. Dôvodom je hlavne splácanie zahraničnej zadĺženosti, ale tiež koncentrácia pôdy v rukách malého okruhu ľudí. Naopak, krajiny západnej Európy, alebo USA žijú na úkor zvyšku sveta. Len USA spotrebuje asi tretinu svetových zdrojov. A tu rozhodne GM plodiny nepomôžu, ba práve naopak. **Ich použitie si môžu dovoliť len veľkofarmári, ktorí majú dostatočný kapitál**. A tí sa orientujú práve na vývoz. Takže používanie týchto plodín naopak ešte viac potlačí miestnu sebestačnosť a neprospeje k riešeniu otázky hladu. Ostatné takéto riešenie sa už raz ponúkalo. V 50. rokoch pod názvom "zelená revolúcia" prišli chemické koncerny s novými metódami poľnohospodárstva založenými na veľkých rozlohách poľí hnojených umelými hnojivami a chránenými pesticídmi. Okrem značných ekologických škôd to malo presne opačný efekt, než tvrdili jeho propagátori. V krajinách, ako je India, ale aj iných, to znamenalo rozvrat poľnohospodárstva a ešte väčší hlad.

Ďalším faktorom, ktorý by priláčil poľnohospodárov k mŕu je to, že **pri pestovaní plodín odolných napríklad voči herbicídu RoundUp sa v zmluve s firmou Monsanto zaväzujú, že budú používať len značkový RoundUp**. Mimoichodom v roku 2000 jej vyprší výhradné právo na jeho výrobu vyplývajúce z patentu, čo je asi hlavným dô-

vodom jej presadzovania GM plodín. Tento herbicid totiž predstavoval doteraz hlavný zdroj príjmov tejto spoločnosti. Monsanto má tiež právo robiť tri roky skúšky na farmách a monitorovať rast plodín na poli. Zo zmluvy im tiež vyplýva zakáz uchovávanie semien z predošlého roka. A aby sa poistili, odkúpili firmu Delta&Pine Land aj s jej patentom na tzv. **terminátorský gén**. Ten spôsobuje, že **rastlina má neplodné semená, a tak si poľnohospodári nemôžu uchovať vlastné osivo**. V USA to nie je až natoľko podstatné, pretože tam poľnohospodári aj tak kupujú väčšinu osiva od osivárskych firiem. Problémom by to však bolo pre poľnohospodárov v krajinách tretieho sveta, kde si uchovávajú až 80% osiva z vlastnej úrody. To by ich urobilo totálne závislými od predajcu. Tvrdenie,

že majú na výber, či chcú pestovať tieto odrody, a že je to asi pre nich výhodné, ak sa ich rozhodnú pestovať, nie je až tak jednoznačné. Tento spôsob pestovania je výhodný pre veľkofarmárov hospodáriacich na tisícich hektároch a používajúcich vo veľkom umelé hnojivá a pesticídy. GM plodiny ešte viac zvýšia efektívnosť takéhoto spôsobu hospodárenia. Otázka však znie, za akú cenu? V plyvovom tomto spôsobe poľnohospodárstva na prírodu sú značné, ale to už v cenách ich produktov nie je zarátané. Takisto to neprispieva k zvyšovaniu zamestnanosti, pretože je k tomu treba podstatne menej ľudí než pri hospodárení v malom. Produkcia na vývoz (často dotovaná, lebo inak by mohli byť ťažko konkurentom domácim produktom v krajine vzdialenej tisíce kilometrov) si vyžiada tiež ďalšie ekologické škody spôsobené dopravou a berie prácu poľnohospodárom v tej krajine, kam sa dovezie.

O tom že génové manipulácie nie sú zďaleka tak presné a bezpečné, ale naopak majú často nepredvídateľné následky, svedčí hneď niekoľko príkladov. Napríklad GM bavlna firmy Monsanto, predávaná pod značkou Bollgard, produkovala látku, ktorá ju mala chrániť proti škodcom. Ale na veľkú škodu farmárov to nefungovalo tak, ako malo, a asi polovicu zo 700 000 hektárov úrody zlikvidoval v roku 1996 hmyz. V roku 1996 muselo Monsanto zlikvidovať celú zásobu semien repky olejnej, ktorá by stačila na osiatie 300 tisíc hektárov pôdy, pretože sa v Kanade objavili nevysvediteľné komplikácie pri jej pestovaní.

Právne otázky

V poslednom čase sa vedie viacero súdnych sporov ohľadne povolení na dovážanie a pestovanie GM manipulovaných plodín. V snahe o zavedenie medzinárodnej konvencie prebehla v kolumbijskej Cartagene **Konferencia o obchode a používaní geneticky upravených organizmov**, ktorá mala zaviesť tri roky jednania o tomto probléme. Prebiehali v rámci Dohody o biologickej rozmanitosti prijatej na Konferencii OSN v roku 1992 v Rio de Janeiro a mali vyústiť do prijatia **Protokolu o biologickej bezpečnosti**. Konferencia však skončila neúspechom a žiadnej dohody sa nedosiahlo. Pozrime sa však podrobnejšie na jej hlavné body a problémy, ktoré zabránili jej prijatiu. Najproblémovjšou otázkou je **právo krajín odmietnuť dovoz GM organizmov na svoje územie**. To sa stretáva s veľkým odporom USA, ktoré sa už dlhší čas vyhrážajú Európskej únii, ale aj iným krajinám odmietajúcim dovoz týchto organizmov protiopatreniami zo strany Svetovej obchodnej organizácie (WTO), pretože to vraj porušuje pravidlá voľného obchodu a závažne to ohrozuje

biotechnologický priemysel v USA. Tu sa stretávajú dva prístupy k zdraviu a bezpečnosti životného prostredia. Na jednej strane je to EÚ a niektoré iné štáty, ktoré zdôvodňujú zákazy prevenciou a na druhej strane sú to USA a Kanada, ktoré argumentujú nedostatkom dôkazov zdôvodňujúcich zákazy. Práve **princíp predbežnej opatrnosti by sa mal stať východiskom pri tomto rozhodovaní**. Doteraz totiž nemáme dostatok poznatkov o vplyve GM organizmov na prostredie a ľudské zdravie. Mnohé sa ukáza až po dlhšej dobe, a preto je potrebná opatrnosť najmä pri takej nevyspytateľnej veci ako sú génové manipulácie.

Otázna je tiež **zodpovednosť za škody spôsobené GM organizmami**. Na jednej strane tu tlačí priemysel a väčšina rozvinutých krajín, aby v Protokole žiadna zodpovednosť zakotvená nebola a na strane druhej sú to hlavne rozvojové krajiny, ktoré vyjadrujú svoje obavy z rizík s týmito spojených. Užili si totiž už dosť následkov rôznych havárií, zastaralých priemyselných prevádzok, alebo dovozu toxických odpadov. Preto **požadujú zodpovednosť za následky spojené s dovozom a zaobchádzaním s GM organizmami a to tak na životnom prostredí, ako aj na ľudskom zdraví a majetku**.

Ďalšou otázkou je **označovanie potravín obsahujúcich GM plodiny**. Stretáva sa s veľkým odporom zo strany USA, ktoré v ňom vidí prekážku vo voľnom obchode. Viaceré štáty ako Austrália, Nový Zéland, alebo 15 štátov EÚ zaviedlo povinné označovanie takýchto potravín. USA aj tu hrozí sankciami WTO, a preto je potrebné zakotvenie práva na označovanie v Protokole. Nemyslite si pritom, že ide len o malú časť potravín. Sója a produkty z nej (napr. lecitín) nájdete vo veľkom množstve potravín (odhaduje sa, že až 60%). Od rôznych druhov pečív počnajú, cez rôzne margaríny, krémy, nátierky, čokoládu až po chipsy. **Problématické je tu tiež rozlišovanie GM plodín od konvenčných, lebo značné množstvo napr. sóje predávanej na svetových trhoch je pomešanej a obsahuje väčšie, alebo menšie percento GM sújových bôbov**.

Ale aj napriek tomu, že Protokol nebol prijatý, odpor voči GM plodinám po celom svete rastie a postupne štát za štátom prijímajú prísnejšie opatrenia v týchto otázkach (pozri str.3).

Bez ohľadu na to, či sa ukáza rôzne riziká a obavy ako opodstatnené, alebo nie je tu ešte jedna významná stránka tohoto problému. Propagátori génových manipulácií argumentujú tým, že chcú zachrániť ľudstvo pred hladom, starať sa o zdravie ľudí a podobne. **Riešia však len následky, a nie prvotnú príčinu**. O hladu sme si už niečo povedali. Takisto v zdravotníctve nie je až tak potrebné vyvíjanie nových liekov a liečebných metód. V prvom rade sa musí zmeniť prístup ľudí k svoju vlastnému zdraviu. Takisto znečistenie životného prostredia nášmu zdraviu veľa nepridá. A tak by sme mohli pokračovať aj u ďalších využití génových technológií. **Umožňujú nám naďalej zostávať pri tomto neudržateľnom spôsobe života tým, že sa snažia odstrániť jeho následky. Následkom svojich činov však neújdeme a oddalovanie riešenia príčin dnešných problémov bude mať za následok ich prepuknutie v ešte väčšej miere**.

Zdroje:

Mae-Wan Ho: Rizika genetických modifikácií, Sedmá generace č.3

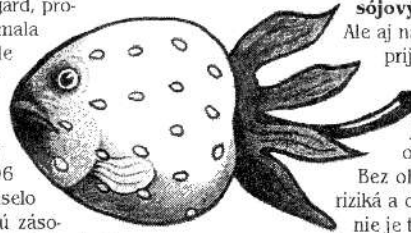
Comer House: Patenty na život, Sedmá generace č.3

Materiály Greenpeace dostupné na

www.greenpeace.cz

Tieto, ale aj iné materiály podrobnejšie sa zaoberajúce touto problematikou nájdete tiež na internetovej adrese nášho časopisu (viď str. 3)

Ondro Végh





Dopestuj si



svoje jedlo

Práce v záhrade na jar

Zelené hnojenie

V apríli skosíme zímny porast a môžeme tiež vysievať rastliny na zelené hnojenie tam, kde zatiaľ nechceme nič pestovať (špenát, horčica, vika, ďatelina a iné).

Siatie

Apríl: špenát, hrach, šalát, reďkovku, cibulu, pór a koreniny
Máj (polovica): cviklu, fazuľu, brokolicu, uhorky, tekvicu, čakanku, mangold

Jún: mangold, reďkev, okrúhlicu (kvaku), fenikel, kapustu, karfiol, fazuľu kríčovú

Sadenie

Apríl: predklíčené zemiaky, kapustu (skorú)

Máj (po zmrazkách): rajčiaky, kapustu, kaleráb, zeler, uhorky, tekvicu

Jún: papriku, baklažán a to, čo sa nestihlo v máji

Ovocné stromy

Odstaňujeme výhonky napadnuté múčnatkou (biele a zdeformované). Nastielame pod stromy mulč a v apríli až máji vysievame koreniny odpudzujúce škodcov (šalviu, rutu, pamajorán, medovcov) do okolia ovocných stromov.

Koreniny

Tieto rastliny majú naozaj všestranné použitie. Nielen že dodávajú jedlým tú pravú chuť a vôňu, ale zároveň aj napomáhajú pri trávení (kombinácie určitých potravín s obľúbenými koreninami používajúmi sa nezakladajú len na chuť ale aj na podporu trávenia týchto potravín). Mnohé z korenín sú liečivé. Svojou arómou tiež odpudzujú škodcov zeleniny a ovocných stromov. A v neposlednom rade väčšinou pekne vyzerajú a tak potešia aj naše oko.

Ich pestovanie nie je veľmi náročné, pretože ide viac-menej o divoké druhy. Semienka zvyknú mať v obchodoch so semenami s väčším výberom. Z tých najznámejších možno spomenúť: bazalku, šalviu, majorán, pomajorán (oregano), saturejku, tymián, rozmarín, ligurček a iné

Podľa knihy K. Greinerovej, A. Weberovej: Záhrada po celý rok spracoval Ondro Végh

Než prikrčíme k zásahu

Poněvadž si v žádném ze směrů biologického zemědělství nemůžeme a ani nechceme pomáhat chemickými prostředky na ochranu rostlin, nabývá na velkém významu prevence. Měli bychom se snažit dosáhnout toho, abychom sami nesprávným hospodařením rozmnožování škodlivých organismů nenapomáhali, abychom dali více prostoru užitečnému hmyzu. Zařadíme-li v zelinářském podniku mezi záhony se zeleninou i jeden s kvetoucími bylinami /slunečnice, svazanka, hrách.../, uděláme nesmírně mnoho pro to, aby se k nám slétnul a seběhnul ze širokého okolí hmyz, s jehož pomocí se vypořádáme se škůdci. Známým příkladem jsou zde pestřenky, tzv. vosenky, které se živí nektarem a zdržují se jen tam, kde něco kvete, jejichž larvy pak s velkým apetitem vysávají mšice.

Mezi důležitá preventivní opatření patří osevní postup, tedy důsledné střídání plodin, dále rozumná výživa rostlin, tzn. nepřehnojovat a hnojit nejraději vyzrálým kompostem, ponechávat rostlinám dost životního prostoru, aby jejich pleť bylo pevné. Za prevenci je možno považovat i smíšené výsadby. Za všechny si uvedme alespoň mrkev a pórek, pak "nevoní" pochmurnatce mrkvové, jejíž larvy způsobují "červivost" kořene mrkve. A jako prevenci lze chápat i postřik výtažky z různých bylin, které mají rostlinu posílit. V bio-dynamickém zemědělství má svůj význam pro zvýšení odolnosti rostlin také aplikace dvou postřikových preparátů, jakož i hnojení kompostem ošetřeným šesti preparáty kompostovými.

Vedle prevence je v biologickém zemědělství důležitá i tolerance. Nesmíme propadnout panice, objevili se v porostu první škůdce nebo plevel, nýbrž měli bychom se učit chápat určitou přítomnost doprovodných rostlin a živočichů jako přirozenou a přírodní vlastnosti.

Homeopatická metoda regulace

Co však dělat, dojde-li k překročení určité dosud tolerované meze? V tomto případě nám biologicko-dynamické zemědělství nabízí alternativní řešení, které se nám může zprvu zdát velmi svěbtčné, velmi nezvyklé. Je na nás, abychom tato opatření vyzkoušeli a sami se udělali úsudek o něčem, co odporuje celé naší dosavadní zkušenosti. Biologicko-dynamická opatření proti plevelům, škůdcům i chorobám vycházejí z poznatku, že jak člověk, tak i zvířata a rostliny nesetávají jen z viditelného, fyzického těla, nýbrž je mají i vyšší, nadmyslové složky, že každý rostlinný i živočišný druh má společnou, skupinovou duši. A právě na tuto duši se snažíme zapůsobit, té se snažíme "nahnat strach". Tato duše je nehmotná, je nadmyslová, tomu musíme odpovídat i prostředek, kterým na ni chceme působit. Působení musí být homeopatické. Při přípravě homeopatického prostředku nám jde o to, abychom uvolnili síly vázané až dosud na hmotu. Toho dosahujeme nejprve spalováním, pak dynamizováním a nakonec potencováním.

Jak na škůdce

Dojde-li k výraznému přemnožení nějakého škůdce, které už nemůžeme tolerovat, musíme sáhnout k přímému zásahu. Posbíráme asi tak 50 až 60 exemplářů daného živočišného druhu a spálíme je na ohni z hořícího dřeva. Můžeme po pozemku rozprášíť již tento popel, jak to doporučoval tvůrce metody Dr. Rudolf Steiner, anebo můžeme popel dynamizovat, a to tím, že jej jednu hodinu drtíme a třeme v mořditi, porcelánové misce a pod. Pak si připravíme roztok osmé decimální potence D8, kterým stříkáme. Postup při potencování je tento: nasypeme jeden gram směsi popela ze dřeva a škůdci do 9 g vody a 3 min. potřepáváme nebo mícháme. Máme D2. Kdybychom pokračovali takto dále, měly bychom u D8 již 100 000 litrů roztoku, což by bylo nezvládnutelné. Proto pokračujeme jen k D4 a pak odebereme menší množství a potencujeme dále. Postřik opakujeme tři dny po sobě. Důležitá je konstelace hvězd, za které spalování provádíme, a to podle toho, která planeta a které souhvězdí zvěrokruhu má na ten či onen živočišný druh obzvláštní vliv.

Denní motýly, mouchy, komáry a molice: Spalujeme, stojí-li Slunce i Měsíc před Blíženci, ev. Venuše i Měsíc před Blíženci.

Můry a moly: Při postavení Slunce a Měsíce před Beranem a Merkurů před Blíženci.

Roztoče varrou, mandelinku, krytonosce zeleného, jakož i ostatní brouky: Slunce před Býkem, stejně jako Měsíc.

Housenky osenic, krtonožku: Slunce před Býkem, měsíc před Štírem.

Mšice: Měsíc před Blíženci, také Venuše a Měsíc před Blíženci.

Štítky a slímáky: Měsíc před Rákem, také Měsíc a Mars před Rákem.

Roztoče: Venuše nebo Měsíc před Vodnářem.

Nemůžeme ovšem očekávat, že po postřiku škůdce zmizí jako po magickém kouzelném proutku nabo jako po postřiku chemickým jedem. Můžeme však očekávat, že se po opakované aplikaci škůdce z pozemku stáhne, že dostane "strach ze života".

Co s pleveľy?

Podobná je i metoda regulace plevelů. U nich sbíráme semena, která pak spalujeme, popel dynamizujeme a zhotovíme D8, jímž stříkáme. U plevelů rozmnožujících se silně také podzemními výhonky je vhodné přidat při spalování k semenům i něco z těchto částí jejich těla. Je možné posypávat pozemek i přímo popelem ze spálených semen, ukazuje se však, že dynamizovaný a potencovaný popel má mnohem větší účinek.

Také v tomto případě nedocílíme ovšem vytlačení plevelů z našeho pozemku ze dne na den. Postup je třeba opakovat po několika letech za sebou a do čtyř let bychom se obtížného plevelu měli zbavit.

Důležitý pro regulaci plevelů je i poznatek, že při zpracování půdy ve dnech, kdy Měsíc stojí v souhvězdí Lva, klíčí velké množství semen plevelů z původní zásoby, zatímco při postavení Měsíce v Kozorohu je následné klíčení minimální.

Opatření proti houbovým původcům chorob

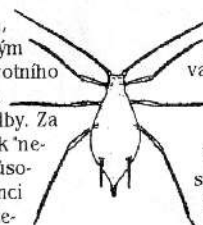
Většina chorob rostlin je způsobena houbami. Úkolem hub je odbourávat odumírající rostlinná a živočišná těla. Houbám patří horní vrstva půdy. Nad úroveň půdy, na těle rostlin, však nemají co pohledávat. Abychom je vrátili tam kam patří, můžeme provést postřik půdy okolo napadených rostlin, u stromů pak také kmene a silnějších větví, a to vývarem přesličky rolní. 10 g přesličky přelijeme 2 l studené vody a povaříme 20 min. Necháme zchladnout, přidáme dalších 8 l vody a dobře promícháme 10 min. Navečer provedeme postřik. Je dobré podpořit výstup šťáv a "prokrvení" rostlin příštího dne zrána postřikem zředěným kopřivovým kvásem.

Přesličkovým vývarem můžeme stříkat také preventivně po tři večery před úplňkem, který podporuje výstup hub na úroveň půdy, musíme si však uvědomit, že tím brzdíme také pozitivní činnost hub.

Jestliže ani přeslička nepomůže, pak můžeme u ovocných stromů otrhat několik houbami napadených listů, nechat je rozložit ve vodě a touto kapalinou pak při postavení Měsíce v Raku postřikovat koruny a kmény stromů, postřik pak ještě dvakrát opakujeme, vždy po čtyřech týdnech. Při napadení plodů strupovitostí nebo moniliózou plody spálíme /Měsíc před Štírem/, popel dynamizujeme, známým způsobem zhotovíme D8 roztok a tříkrát po sobě v krátkém odstup stříkáme. Za čtyři týdny opakujeme. Před spálením plodů bychom z nich měli nejprve odstranit semena.

Jak však již bylo řečeno na začátku, důležitá je především prevence. Musíme-li již sáhnout po razantnějších metodách přímého boje, nesvědčí to zrovna o našem bezchybném hospodaření.

Radomil Hradil, prebratě z časopisu Valeriána č. 4
viac o postavení planét na tento rok sa môžete dozvedieť z kalendára v KŽ č. 2, alebo Výsevých dní 1999 (viď. recenzie)





MINIMALISTICKÁ ZÁHRADA (3)

Založenie a starostlivosť

V poslednom zo série článkov sa Patrick Whitefield zameriava na založenie a starostlivosť o svoj obľúbený systém záhradníčenia - vysokú produkciu pri minimálnom úsilí.

Keďže minimalistická záhrada pozostáva hlavne z trvaliek a samovysievajúcich sa rastlín, je málo pravdepodobné, že sa po založení budeme vedieť zbaviť burín - trvaliek. Je preto vhodné začať na mieste vyčistenom do najvyššej možnej miery.

Najlepší spôsob ako vyriešiť vážny problém burín - trvaliek, je použiť mulč neprepúšťajúci svetlo, napríklad recyklovanú čiernu plastovú fóliu, na určitú dobu pred vysádzaním. Ideálne by bolo, keby mulč ležal na pozemku

ne parenisko bez slímakov, ako chrániť rastlinky rastúce v otvorenej záhrade. Väčšinu trvaliek je možné zaslať na jar a vysadiť o niekoľko mesiacov neskôr; individuálne požiadavky jednotlivých druhov by mali byť uvedené na obaloch semien.

Samovysievajúce sa rastliny je možné siať priamo, ale tam, kde sú slímaky príliš žravé, sa rastliny, ktoré sa vysiali samé strácajú hneď potom, ako ručne vysiate rastliny zožrali slímaky. Preto možno stojí za to prvýkrát vysádzať samovysievajúce rastliny zo sadeníc.

Keď je minimalistická záhrada založená, vyžaduje si to len veľmi málo práce: je to skôr kormidlovanie lode ako veslovanie.

Celkovo funguje polykultúra najlepšie vtedy, ak je pestovaná v hromádkach - malých skupinkách jednotlivých druhov rastlín - a nie zmiešaním

jednotlivých rastlín. Znamená to, že každá rastlina bude mať požadovaný priestor, čo nie je možné, keď sú veľké rastliny zmiešané s malými. Uľahčuje to zároveň umiestnenie každého druhu v ideálnom prostredí a vzťahoch k charakteru záhradky a k ďalším rastlinám.

Tešte sa zo svojej záhradky

Keď je minimalistická záhrada založená, vyžaduje si len veľmi málo práce: je to skôr kormidlovanie lode ako veslovanie.

Medzi životaschopnými trvalkami je sotva kedy potrebné plieť, najmä ak používate mulč. Keď rastliny cez zimu odumrú, je dobré pridať ďalší mulč na ochranu holej pôdy. V skutočnosti nie je nevyhnutné kompostovať: kuchynské odpady je možno v tenkej vrstve rozložiť priamo na pôdu a jemne prikryť mulcom. Na povrch je tiež možné aplikovať ďalšie rastlinné potraviny, napríklad kostihoj. Mojou hlavnou činnosťou týkajúcou sa kontroly škodcov a chorôb je pozorovanie lienok a ich lariev pri pojedaní vošiek.

Samovysievajúce sa rastliny vyžadujú o niečo viac práce ako trvalky. Je potrebné očistiť im pôdu, aby sa mohli vyslať a kým vstúdu, bude potrebné trochu plieť a presvetľovať. Alternatívny postup je, ak vstúdu nahusto a rovnomerne, zožať ich metódou "zober úrodu a príd zasa" (pozri odsek s rovnakým názvom), alebo ako mladé rastlinky, či ich dokonca použiť ako zelené hnojivo. Každý rok by sa jedna - dve zdravé rastliny nemali zbierať a mal by sa im ponechať dostatok miesta na rast, aby mohli všetku svoju energiu venovať tvorbe semien.

Zber úrody je potom udalosťou!

Niektoré rastliny majú neobvyklé chute a trochu experimentovania stojí zato. Napríklad mrlík dobrý (*Chenopodiaceae bonus-henricus*) má horkastý nádych, keď sa varí, alebo dusí osamote. V zmesi s karotkou však dáva bohatú, kyslastú, absolútne lahodnú chuť.

Literatúra:

How to make Forest garden, Patrik Whitefield
Designing and maintaining your edible landscape naturally, Robert Kourik
The salad garden, Joy Larkcom
Practical mulching, Patrick Whitefield

Všetky publikácie sú v ponuke

Permanent publications, East Meon
Hampshire, GU32 1HR, England.
hello@permaculture.co.uk

Patrick Whitefield, z *Permaculture Magazine*
č. 12 preložil Wim

PROFILY RASTLÍN PRE MINIMALISTICKÚ ZÁHRADU

Cibuľa zimná

(*Allium fistulosum*)

Je to húževnatá trvalka, alternatíva k jarnej cibuli, rastúca v hustých trsoch až do výšky 50 cm. V miernejších oblastiach zostáva zelená celú zimu. Odrody s červenými cibulkami sú odolnejšie, odrody s bielymi cibulkami bežnejšie. Rastliny by mali byť vždy po niekoľkých rokoch obnovené, aby sa zachovali zdravé. Často sa vysievajú samy; ak nie, je možné oddeliť niekoľko rastlín z okraja trsu a presadiť ich kdekokoľvek vo vzdialenosti 20 cm. Listy po zbere hojne dorastajú, je teda možný ich intenzívny zber. Je možné zbierať aj cibulky, tie však dorastajú omnoho pomalšie. Budete mať preto z rastlín väčší úžitok, ak budete zbierať iba listy. Hoci svoje hlavné použitie nachádzajú v šalátoch, môžu sa využiť i pri varení, keď nie sú v ponuke žiadne iné druhy.

Vždyzelená cibuľa (*A. perutile*) je podobná menšia rastlina, ktorá zostáva zelená po celú zimu aj v chladnejších oblastiach. Nevysieva sa sama.

Dve šalátové rastliny

Roripovník východný

(*Bunias orientalis*)

Nie je to náhrada za známejšiu jednoročnú eruku, keďže má pomerne odlišnú chuť. Roripovník má dosť pikantnú, čerstvú chuť bez orechovej príchute svojho jednoročného menovca (v angličtine sa pre oba druhy používa termín rocket, odlišené sú iba prídavným menom - pozn. prekl.) Listy sú najlepšie, keď sú ešte mladé a ak narastú veľké, najlepšie sa zbierajú a používajú ako mulč podporujúci rast nových listov.

Keď je jar mierna, listy sa dajú zbierať už v marci, ale tento rok sme ich v mojej záhradke v Somersete mohli začať zbierať až v máji. Roripovník ľahko znáša našu nešťastnosť a úspešne súperí s burinami. Rastliny by mali byť umiestnené vo vzdialenosti asi 50 cm.

Francúzsky čierny koreň

(*Reichardia picroides*)

Je to menšia, chúlостivejšia rastlina. Patrí do rodiny púpavovitých, ale sotva sme hľadali rozdielnejšie chute. Kým púpavy sú kyslasté, "Richard" - ako ho nazývam - je jemný a sladký a je dobrou náhradou za hlávkový šalát.

Nanešťastie nie je veľmi odolný voči mrazu a silnejšia zima ho môže zahubiť, voľne sa však sám vysieva a je odolný voči slímakom. Odstup 20 - 25 cm by mal byť postačujúci.

"Zober úrodu a príd zasa"

Je to spôsob, ktorým sme ako deti vo vzdušnej kuchyni pestovali horčicu a eruku. Rastlinky sa nepresvetľujú, ale zosrihajú nožnicami po celej ploche, keď dorastú do výšky 3-7 cm. Toto je možné zopakovať dva až päťkrát, v závislosti od druhu rastliny, ročného obdobia a počasia. Metóda je úspešnejšia na jar a na jeseň, ako vo vrcholiacom lete, keď je počasie suchšie a rastliny majú tendenciu robiť semená. Trs zosrihaný poprvýkrát na jeseň môže niekedy prezimovať a byť znova zosrihaný na jar.

Je to jeden z najproduktívnejších spôsobov pestovania listovej zeleniny, keďže rastliny úplne pokrývajú zem takmer od začiatku a rastú rýchlo. Nutričná hodnota takýchto rastlín je tiež vyššia ako hodnota starších rastlín - môžu mať až dvojnásobný obsah vitamínov.



Pomýlený prístup k zdraviu

V starej Číne bývalo zvykom, že **ľudia platili svojho lekára dovtedy, pokiaľ boli zdraví**. Ľudia totiž k nemu nechodili až keď boli chorí, ale naopak, aby predišli chorobe a v zárodokoch zistili nevyváženosť v svojom organizme a odstránili ju ešte skôr, než sa naplno prejavila chorobou. Akonáhle ochoreli, tak to bolo okrem iného aj zlyhaním lekára a preto ho prestali platiť, až pokiaľ sa im zdravie nevrátilo. Aký je to rozdiel oproti nášmu súčasnému zdravotníctvu, do ktorého sa investujú obrovské finančné prostriedky z daní, ale aj priamo z vreciek ľudí. Tí chodia obvykle k lekárovi až keď sú chorí a **očakávajú, že lekár ich problémy vyrieši**. Nech im dá na to liek, aby mohli pokračovať v doterajšom neutržateľnom spôsobe života. Ješť nezdravú stravu, piť, fajčiť, lenivieť pred televízorom a podobne. Obvyklý postoj vyjadruje veta: 'Len preboha odo mňa nechcete aby som sám niečo urobil pre svoje zdravie.' S tým súvisí aj postoj medicíny, ktorá sa **sústreďuje hlavne na odstránenie prejavov choroby, ale väčšinou nehladá prvotné príčiny**. A tak sa rôznymi masťami liečia ekzémy, ale už sa nehladá súvislosť so zanesenosťou organizmu následkom nesprávnej výživy a toxickými látkami zo znečisteného životného prostredia. Takto ľudia vydávajú stále väčšie množstvá peňazí na rôzne viac, či menej "zázračné" lieky, ktoré ich majú bezstarostne zbaviť ich potiaží. To samozrejme vyhovuje farmaceutickému priemyslu, v ktorom sa točia naozaj obrovské peniaze a je jedným z najprosperujúcejších oblastí ekonomiky.

Komeracionalizácia medicíny

Obrovské finančné prostriedky sa vynakladajú napríklad na **výskum rakoviny, ale výsledky zďaleka nezodpovedajú energii do neho vlozenej**. A prestáva byť tajomstvom, že liečba ožarovaním a chemoterapiou častokrát pacientovi viac uškodí, než pomôže. Napríklad profesor H. B. Jones, odborník na rakovinovú štatistiku, už v roku 1975 oznámil Americkej spoločnosti pre rakovinu: "Moje štúdie potvrdili, že s výnimkou akútnych prípadov má u neliečenej rakoviny pacient štyrikrát väčšiu šancu na prežitie, žije dlhšie a cíti sa lepšie, než ten, ktorý postúpi rádiáciu, chemoterapiu, alebo chirurgický zákrok." Ďalej dodáva: "Pozrite sa, nie je to rakovina, čo zabíja pacienta, je to zrútenie obranného mechanizmu tela, ktoré prináša smrť. Pokiaľ má pacient skvelú fyzickú kondíciu a udržuje si svoje zdravie v poriadku, potom je veľká šanca, že si jeho telo samo nájde obranné látky proti rakovine. Je pravdepodobné, že vydrží mnoho rokov. Nemali by ho mrzačiť radikálnym lekársym zákrokom, ktorý z neho urobí beznádejného invalida a ktorý mu nemá šancu predĺžiť život." Naproti tomu sa robili **výskumy s viacerými alternatívnymi spôsobmi liečby** a viaceré vykazovali dosť veľkú úspešnosť. Išlo napríklad o výťažky rastlín, rôzne diéty, vitamín C, isté enzýmy, posilnenie imunitného systému a iné. V tom momente bol ale vyvinutý veľký tlak na ich potlačenie a zneváženie. Napríklad v USA zo 60-70 takýchto "nespolahlivých" metód 29 ani nebolo oficiálne testovaných. Iné pokusy boli zmanipulované napríklad nie-

kolkonásobne zvýšenou dávkou a následným označením liečiva za toxické, ako tomu bolo u hydrazínového sulfátu. Inokedy boli pokusy následkom tlaku zhora zastavené a výsledky utajované (napríklad Luetril - vitamín B17). Pýtate sa prečo? Nie je tajomstvom, že väčšina západných kliník a výskumných ústavov je finančne úzko previazaná s farmaceutickým priemyslom. **A tieto alternatívne liečebné postupy sú väčšinou výrazne lacnejšie ako nimi ponúkané drahé a často nebezpečné liečivá**. Preto je veľmi pravdepodobné, že sa zo

nia toxicity týchto bylín. Napríklad u podbeľu sa dokazovala tak, že kýmli vybrané kravy iba podbeľom a po tom, čo ho zjedli viac než 400 kg, mali silne poškodenú pečeň. Prečo sa neskúša takýto test aj s menším množstvom bežne predávaných liekov? Výsledky by asi boli tiež zaujímavé. Lenže to by asi nebolo v záujme tých, čo financovali tento výskum - farmaceutických firiem vyrábajúcich chemické preparáty.

Potrebná je zmena prístupu

Ale vráťme sa k súčasnej medicíne ako celku. Nemožno jej uprieť obrovské úspechy v liečbe rôznych akútnych ochorení a úrazov. Na ťažkú zlomeninu nohy nám asi

bylinky nepostačia. Ale v oblasti rôznych chronických chorôb, alergií a podobne je ešte stále dosť bezradná. Jednou z príčin môže byť, a to nie je len problém medicíny, ale aj dominantného prúdu dnešnej vedy, a vlastne novodobého európskeho myslenia ako takého, že sa **zameriava na podrobnosti, ale zároveň stráca prehľad o celku**. Samozrejme, aj tento analytický, deliaci pohľad je dôležitý a bez neho by naša kultúra a veda nedosiahla mnoho z toho, čo dosiahla. Je však jednostranný.

Potrebný je zároveň celostný, intuitívny pohľad, ktorý sa zameriava na vzťahy, súvislosti a celok. Len spojením týchto dvoch prístupov môže byť naše poznanie harmonické a úplné. Dnes poznáme podrobnú anatómiu ľudského tela (často zisťovanú na mŕtvotách, ktoré asi až tak moc nenapovedajú o dejoch v živom organizme), ale zároveň zostávajú neznáme základné otázky týkajúce sa života, vedomia, ale aj iných vecí. Ako už bolo spomenuté, liečia sa jednotlivé choré orgány, prejavy, ktoré sú však len vrcholom ľadovca a často aj posledným varovaním tela, že niečo nie je v poriadku. A tak potlačenie tohoto prejavu môže narobiť viac škody ako úžitku. V konečnom dôsledku to môže vyvrcholiť napríklad rakovinou. Napríklad v čínskej medicíne bola rozpracovaná podrobná náuka o energetických tokoch v ľudskom organizme. Aj keď oficiálna veda dodnes neuznáva niečo ako životnú energiu (chi), niektoré časti tejto náuky, napríklad akupunktúra, sú pomerne bežne používané v dnešných nemocniciach. **Fyzické choroby sú podľa tejto náuky nahromadeným dôsledkom nerovnováhy v toku energie** a tu by sa aj mali začať liečiť. Často keď si dáte dokopy viaceré potiaže nejakého pacienta, zistíte, že súvisia s niektorým energetickým okruhom. Treba však ísť ešte ďalej.

Problémy totiž začínajú v našej myslí. Sú to rôzne zablokovanie emócie strachu, agresivity, nenávisti, ale aj ziadostivosti, chamtivosti či naopak odmietania niečoho. Ak sa stanú trvalejšie, začnú pôsobiť najprv na energetický systém, a keď ani potom nedôjde k odstráneniu príčiny, prejavujú sa aj fyzickou chorobou. Už zmieňovaná rakovina je práve prejavom zhubných emócií a konfliktov v našom vnútri. A keď sa k tomu pripojí náš samovražedný životný štýl, ktorý je tiež dôsledkom nedostatočnej úcty a lásky k nám samým a k nášmu vlastnému telu (tá sa neprejavuje tým, že si doprajeme všetko, čo sa nám zažiada, ale skôr tým, že si nebudeme zbytočne ubližovať), tak predpoklady na vznik rakoviny sú splnené. Je mnoho prípa-

Choroby modernej medicíny



Keď sa jedného z lekárov Indián z kmeňa Navajo spýtal, čo robí, odpovedal mu: "Predpisujem pilulky".

"Aha," pokýval hlavou Indián: "patíš k horšiemu druhu liečiteľov. K tým lepším prichádzame po radu a opateru."

všetkých síl snažia zabrániť ich šíreniu, lebo by prišli o obrovské zisky, plynúce z liečby rakoviny. Toto však je len jedným z príkladov, ktorý ale dosť dobre opisuje pomery súčasného zdravotníctva.

Iným príkladom môže byť zavádzanie **nových pravidiel do používania liečivých rastlín** v EÚ. Bola zriadená Európska nadácia pre fytoterapiu EFP a Európska vedecká spolupráca vo fytoterapii ESCOP. Prebehlo rad jednaní, ktorý mal zjednotiť právne normy v rámci EÚ. Bylinné čaje (a to aj tie, ktoré sú všeobecne považované za potraviny a nie sú preukázané žiadne terapeutické účinky), ale rovnako aj rôzne výťažky boli zaradené medzi liečivá so všetkými obmedzeniami predaja s tým súvisiacimi. **Niektoré rastliny a často aj také, ktoré patria tradične k obľúbeným liečivám, upadli do nemilosti v EÚ**. Nemôžu to byť tiež záujmy farmaceutických firiem, ktoré sa chcú zbaviť všade dostupnej a lacnej konkurenčnej liečby? Z tých najznámejších sú to napríklad:

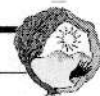
Bazalka pravá - obsahuje mnoho estragolu, ktorý je genotoxický pre myši a iné hloďavce. Droga nemá žiadne liečivé účinky.

Kostihoj lekársky - nemá žiadne liečivé účinky a je nebezpečný pre obsah pyrolizidinových alkaloidov.

Podbeľ liečivý - nemá liečivý účinok a je podobne ako kostihoj toxický

Ďalej sú to napríklad Andelika lekárska, Paprad samec, Ruta voňavá a iné.

Takže s dlhoročne overenými účinkami kostihoja, alebo podbeľu to bol asi omyl, všakže? Zaujímavé sú tiež spôsoby zisťova-



dov ľudí, ktorí pochopili, že rakovina je signálom, že niečo nie je v poriadku. **Od základov zmenili spôsob života**, začali jesť zdravú stravu (napríklad vitariánstvo má obrovské úspechy v liečení nielen rakoviny, ale napríklad aj srdcovo-cievnych ochorení, alebo cukrovky), spomalili tempo života, ale hlavne sa vo svojom vnútri vysporiadali so svojimi konfliktmi. Až táto choroba ich naučila naplniť svoj život a dnes sú z nich šťastní ľudia, ktorí ukazujú aj svojmu okoliu ako žiť.

Iné možnosti liečenia

Tu sa dostávame k otázke alternatívnej medicíny. **Je mnoho liečebných postupov, ktoré sú naozaj účinné aj keď ešte nie sú dnešnou vedou vysvetlené.** Takisto sú prírodní liečitelia, ktorí naozaj dokážu človeku pomôcť, ale nájde sa aj dosť šarlatánov a podvodníkov, ktorí na tom zarobia veľké peniaze. To slúži ako ďalší argument oficiálnej vedy a medicíny proti týmto metódam. Faktom je, že to funguje, aj keď sa ešte nevyvetlilo ako. To je ale práve úloha pre vedu. **Tá však vo väčšine prípadov zostáva v pozícii, že je to nezmysel, namiesto toho, aby sa tým hlbšie zaoberala.** Cirkevný dogmatizmus dnes nahradil dogmatizmus vedecký. Akurát, že dnes sa už priekopníci vedy neupaľujú, ale sa verejne osočujú a často aj vytlačia z vedeckých kruhov. Ale napríklad o teórii relativity by tiež vedci ešte pred sto rokmi povedali, že je to nezmysel a dnes je základom modernej fyziky. Vráťme sa však k alternatívnej medicíne. Napriek jej nesporným výhodám (ľudskejší prístup k pacientovi, prírodné prostriedky liečby a iné) aj tu hrozí nebezpečenstvo rovnako konzumného prístupu ľudí ako k medicíne oficiálnej. **Chodia od jedného liečiteľa k druhému a čakajú na závažné vyličenie bez ich vlastného pričinenia.** Takéto vyličenie môže niekedy viac uškodiť než pomôcť. Pacientovi sa uľaví, ale o pol roka sa môže problém prejavíť s ešte väčšou intenzitou, alebo niekde inde. Preto aj tieto metódy nám môžu pomôcť v akútnych prípadoch, aby sme získali čas, ale potom musíme nastúpiť naše vlastné úsilie. Vysporiadanie sa s našimi vnútornými problémami, zmena prístupu k životu. Zároveň s tým súvisia aj vonkajšie zmeny, zdravšia strava, zosúladenie života, nájdenie si času na oddych, meditáciu atď. **Cenní sú práve tí liečitelia, ktorí k nám prístupujú skôr v roli poradcov v našej vlastnej ceste.** Pomôžu v znovunastolení rovnováhy, poradia ako ďalej, ale nechajú nás samých prekonať svoje problémy. Len vtedy z toho budeme mať skutočný úžitok a ponaučenie. To ale platí pre duchovný vývoj ako taký. Nikto z nás neurobí osvietených, žiadny guru a ani sám Boh. **Najprv musíme my sami vyvinúť úsilie a potom príde aj pomoc zhora.**

Ondro Végh

V roku 1997 vydali uznávané zdravotnícke inštitúcie World Cancer Research Fund a American

Institute for Cancer Research po troch rokoch práce a výskumom správu Food, Nutrition and Prevention of Cancer: global perspective (Strava, Výživa a Prevencia Rakoviny: globálne perspektívy), na ktorej zostavení sa spolupodieľalo 15 popredných svetových výskumníkov a odborníkov na ľudskú diétu a rakovinu, ako aj mnoho rôznych zdravotníckych organizácií na celom svete.

Správa uvádza, že vysoký príjem zvieracích bielkovín v strave ľudí v rozvinutých krajinách môže zvýšiť riziko výskytu rakoviny. Vysoký podiel zvieracích tukov a cholesterolu môže zvýšiť riziko ochorenia na rakovinu pľúc, hrubého čreva, konečníku, prsníkov a prostaty. Strava s vysokým podielom mliečnych výrobkov môže zapríčiniť vznik rakoviny prostaty a obličiek. Bielkoviny rastlinného pôvodu sú podľa správy zdravšie ako bielkoviny živočíšneho pôvodu. V správe sa ďalej uvádza:

* Za posledných 50 rokov prevládala tendencia intenzívneho chovu hospodárskych zvierat v miestach a krajinách, kde na tento spôsob poľnohospodárstva nie sú prirodzené podmienky. Konzumácia mäsa, mlieka a ďalších živočíšnych produktov bola propagovaná nepravdivými informáciami o tom, že tieto potraviny sú obzvlášť zdravé.

Politici vo všetkých častiach sveta by mali byť informovaní, že zvyšovanie konzumácie mäsa a jedál s obsahom živočíšneho tuku povedie k nárastu ochorení, ktoré vyžadujú náročnú a finančne nákladnú liečbu.

Správa sa znižuje aj o vplyve spôsobu ľudského stravovania na životné prostredie:

Vedecké výskumy dokazujú výhody vegánskej stravy



- intenzívne poľnohospodárske metódy používané hlavne v USA a Európe, ale čoraz viac aj v ostatných častiach sveta, vedú k degradácii poľnohospodárskej pôdy. Väčšina intenzívne obrábanej poľnohospodárskej pôdy sa využíva na kŕmenie hospodárskych zvierat. Ekologickejšie a zdravšie využívanie pôdy vyžaduje pestovanie plodín pre priamu spotrebu ľudí.

- poľnohospodárstvo založené na chove hospodárskych zvierat vyžaduje oveľa väčšie množstvo vody. Približne 100-krát väčšie množstvo vody spotrebuje produkcia 1 kg zvieracích proteínov oproti 1 kg proteínov získaných z rastlín.

Súčasťou správy je aj zoznam iniciatív a aktivít, ktoré môžu pomôcť predchádzať vzniku rakoviny. V oblasti poľnohospodárstva zahŕňa tento zoznam aj nasledovné body:

- uprednostňovanie produkcie jedla z pôvodných rastlín
 - podporovanie trvalo udržateľného poľnohospodárstva, ktoré produkuje potraviny dôležité pre prevenciu rakoviny
 - zvyšovanie (napríklad uľavami na daniach) trvalo udržateľného poľnohospodárskeho systému produkujúceho predovšetkým potraviny rastlinného pôvodu
 - Podporovať obchody ponúkajúce jedlá z pôvodných rastlín, najmä zeleniny a ovocia
 - Prehodnotiť dlhodobé účinky obhospodarovania pôdy na ekológiu, ľudské zdravie a ekonomiku
- Kompletnú správu si možno objednať za 49 libier na adrese:*
World Cancer Research Fund, 105 Park Street, London W1Y 3FB, England
podľa časopisu The Vegan, Summer/Autumn 1998
spracoval matiš

Aký liek - také zdravie

Možno poznáte niekoho z okolia, možno ste jedným z postihnutých infarktom, mozgovou príhodou, alergiou, rakovinou, migrénami, kožnými chorobami či "len" tráviacimi poruchami. Naša krajina je v Európe na prvom mieste v úmrtnosti na civilizačné choroby. Pred 2500 rokmi Hippokrates hlásal, že potraviny majú byť i našimi liekmi. Dr. Walker dokázal výskumom skamených chrupov, že človek sa pôvodne živil výhradne živou stravou - plodmi prírody. Preto ho ani neprekvapilo, že chrupy týchto našich predkov boli neporušené. Čo asi nájdu archeológovia budúcnosti v hrobách človeka súčasnosti? Zamysleli ste sa niekedy, ako strava civilizovaného človeka zničila napríklad naše zuby? Kto z nás sa môže pochváliť všetkými svojimi krásnymi a zdravými zubmi bez jedinej plomby? Anatomická stavba, biochemické ukazovatele, psychologické usporiadanie i čoraz evidentnejší vzťah nevhodnej stravy a predčasnej úmrtnosti nám nekompromisne ukazujú smer ďalšej cesty. Z jedálňička by sme mali vylúčiť všetky potraviny, ktoré naše zdravie poškodzujú a nahradiť ich stravou plnou živín.

Mnohí z tých, ktorí prechádzajú na surovú stravu si však nevšímajú fakt, že rôzne lieky, vitamínové tabletky a rôzne tzv. doplnkové prípravky výživy patria do kategórie najväčších škodlivín. Prečo? Lebo - po prvé - neužívajú organizmus, ale len odstraňujú prejavy chorôb. Vnútorne chorý a znečistený organizmus po určitom čase zlyháva znovu, či už s rovnakými, podobnými alebo úplne inými príznakmi chorôb.

Po druhé - poškodzujú jemnú biochemickú rovnováhu vnútorného prostredia a podľa množstva jedovatých látok aj jednotlivé orgány. Stačí, ak si v návode prečítate nežiaduce účinky. Rakúska televízia 17. apríla 1998 vo večerných správach uviedla, že podľa štatistických údajov len v USA zomiera 100 000 ľudí ročne na vedľajšie účinky liekov. To sú oficiálne údaje. Kto sa odvážil odhadnúť skutočnú cifru?

Čo sa stalo s našim pudom sebazáchovy? Napriek znalostiam jedovatých účinkov vkladáme do svojho tela dobrovoľne tie najprudšie jedy, necháme si telo rozkladať röntgenovými lúčmi, či inými škodlivými žiareniami. Aj tento pud je neživou stravou oslabený, ba zdevastovaný. Nefunguje. A po tretie - pri požívaní liekov sa časť cenných živín určených na naše liečenie a ochranu pred chorobami vyplýva na eliminovanie škodlivých účinkov liekov. Neuvedomujeme si, ako neefektívne mrháme živinami určenými na naše liečenie a ochranu pred chorobami. Predovšetkým pri vážnych ochoreniach je dôležité uvedomiť si tieto súvislosti. A za toto devastovanie vlastného organizmu ešte aj vďačne zaplatíme.

Mgr. Jana Cíсарová /Krátené/
Tento, aj ďalších 20 článkov na tému zdravého stravovania, liečenia a životného štýlu si môžete prečítať v brožúrke Jany Cíсарovej, ktorú pod názvom "V zdravém jidle zdravý duch - kapitoly o syrovej strave", vydal Zelený Provazníček Press 1998. Objednať si ju môžete na adrese Zelené distribuce (adresa na predposlednej strane)



Filozofické princípy fytoterapie

Spôsoby poznania

Skúsme sa teda zamyslieť nad tým, ako sa problematika javí z hľadiska vedeckého poznania, ale tiež, čo je vlastne vedeckosť a či je veda zároveň synonymom objektivitu a pravdivosti.

V priebehu histórie sa ukázalo, že človek je schopný v zásade dvojakého poznania - jednak racionálno-logického, označovaného často ako vedecké, jednak intuitívneho. V zhode s tým sú aj poznatky súčasnej vedy, hlavne neurofyziológie, ktorá odhalila v činnosti mozgových hemisfér funkčnú asymetriu. Bolo dokázané, že ľavá hemisféra je zameraná na abstraktné, logicko-analytické myslenie, zatiaľ čo pravá zodpovedá za intuíciu, obrazotvornosť a umeleckú tvorivosť. V procese svojej činnosti hemisféry nie sú izolované, ale vzájomne sa dopĺňajú. Nieto teda dôvodu považovať jednu z nich za dôležitejšiu a tú druhú nechať zakrnieť.

Akúsi zlatú strednú cestu tu predstavuje tradičná čínska filozofia, ktorá zdôrazňovala komplementárnu hodnotu intuitívneho a racionálneho poznania, pričom ich považovala za rovnocenné. Túto komplementaritu, vyjadrenú symbolicky pojmami jin a jang znázorňuje symbolický monáda. Čínski mudrci chápalí dynamiku samu jinu a jangu ako podstatu všetkých prírodných javov a ľudských situácií. Jin je podľa tejto filozofie definovaný ako odstredivý princíp so ženským charakterom, kým jang je odstredivý princíp s mužským charakterom. Dôležité pritom je, že jin a jang nie sú pojmy absolútne, ale relatívne, pričom existuje neustály pohyb, dynamická premena jedného na druhý. Podstatné je to, že v týchto kategóriách sa nevyskytujú dobro a zlo, lebo tam nepatria. Dobro je výsledkom harmónie medzi jinom a jangom a naopak, zlo nastáva, ak jedna z týchto kvalít v celom systéme prevládne.

Nevýhody racionálno-logického prístupu

Ak sa teda vrátíme späť k súčasnému západnému spôsobu myslenia, ktoré vzniklo dogmatickým a nekritickým preberaním hodnôt poplatných mechanisticko-materiálnemu svetonázoru, je zjavné, že dôjde k evidentnému uprednostňovaniu jang princípov - fragmentárneho myslenia nad holistickým, logiky nad intuíciou, rozumu nad citom a pod.

Tento jednostranný prístup zasiahol aj výskum liečivých rastlín v mnohých desaťročiach. Často sa k nim totiž pristupovalo (a žiaľ táto situácia v mnohých smeroch dosiaľ pretrváva) ako objektom podobným skúmavke obsahujúcej rôzne chemické látky, ktoré treba identifikovať, vyizolovať a kvantifikovať, aby sa potom mohli použiť ako liečivá. Tento jednostranný analytický prístup bráni vidieť rastlinu ako zložitý a dynamický živý organizmus, ktorý tvorí nielen anatomicko-morfologickú časť, na úrovni ktorej prebiehajú biochemické procesy, ale aj biopole ako nositeľ procesov energeticko-informačných.

Zakonnosti biopola

Pojem biopole tvorí jeden z kľúčových pojmov modernej fyziky a je pohlňovaniahodné, že sa len veľmi pomaly a ťažko presadzuje do ostatných prerozumov a materiálnych vied. Podľa súčasných poznatkov je náš svet stromený dynamickými formami hmoty a pojmom, pričom primárne je práve pole a vznik hmoty sa považuje iba za dôsledok porušenia symetrie unitárneho pola a jeho následného rozpadu. Ematelná nová skutočnosť charakterizoval nasledovne: „Na hmotu sa môžeme pozeráť ako na vytvorenú takými oblasťami priestoru, v ktorých je pole nesmierne

Fytoterapia

Fytoterapia je odvetvie prírodnej medicíny, ktoré v prevencii a terapii chorôb využíva účinný princíp rastlín. Tento účinný princíp je chápaný multidimenzionálne a komplexne, pričom zahŕňa biochemické, farmakologické, biofyzikálne a ďalšie komponenty. Hlavným rozdielom a zároveň prínosom takto chápanej fytoterapie oproti fytofarmakológii je akceptovanie, cielavedomé poznávanie a využívanie biopola rastliny. To je ale práve často predmetom sporu medzi predstaviteľmi oficiálnej vedy (medicíny, farmakológie, farmakológie a pod.) a predstaviteľmi prírodnej medicíny z radov profesionálnych zdravotníckych pracovníkov aj ľudových liečiteľov.

husté. V tomto novom druhu fyziky nie je miesta aj pre pole, aj pre hmotu, pretože jedinou skutočnosťou je pole.

Bol objavený tiež všeobecný princíp, podľa ktorého každá zmena fyzikálneho stavu hmotného objektu vyvoláva tiež zodpovedajúcu zmenu príslušného pola a naopak, každá zmena pola, spojeného s hmotným objektom, vedie k zmene tohto objektu. Keďže tento fyzikálny objekt má univerzálnu platnosť, vzťahuje sa aj na živé objekty, vrátane človeka. V takom prípade sa používa pojem biopole. Jeho fyzikálnym základom je bioplasma. Annu považujeme za tú časť biopola, ktorá je najbližšie hrubohmotnému telu. Biopole môže vstupovať do interakcie s inými polami, pričom dochádza k obopustnej výmene energie a informácií. Táto skutočnosť zároveň vysvetľuje bioenergetiku ako univerzálnu komunikáciu mechanizmus v prírode. Je to schopnosť živých organizmov vzájomne komunikovať, distancne si odovzdávať a prijímať informácie pomocou vlastných mechanizmov, ktoré sa uplatňujú za hranicami rozsahu bežných zmyslov. Spomínané javy znovu potvrdzujú múdrosť a pravdivosť starej čínskej filozofie, ktorá nasla podstatu skutočností vo vzťahu, zatiaľ čo západná ju hľadala v smstanci.

Rastliny a ich schopnosti

Vzhľadom na to, že tieto skutočnosti sú nielen empiricky dokázané, ale svoj základ majú aj v modernej vede, je potrebné to vziať pri štúdiu liečivých rastlín a ich vplyvu na živočíchy a človeka do úvahy.

Na vizualizáciu niektorých zložiek biopola bola vypracovaná metóda Kirlianovej fotografie. Podľa najnovších poznatkov nezobrazuje táto metóda priamo auru, ako sa predpokladalo, ale sekundárne jej elektrický vplyv. Ako príklad biokomunikácie vo vzťahu rastlina-človek môže poslúžiť tzv. Baksterov fenomén, ktorý dokazuje vplyv správania sa, ako aj myšlienkových pochodov človeka na zmeny elektrického napätia rastliny (pozn. red. - podrobne sme o tomto fenoméne písali v 1. čísle).

Na základe uvedených poznatkov teda v procese fytoterapie ide nielen o pôsobenie viac, či menej presne identifikovaných chemických obsahových látok rastlín, ktoré sú predmetom štúdia farmakológie (vzhľadom na jej fytotherapeutické zameranie), ale tiež o vplyv biopola rastliny a biopola človeka, ktorý vykonáva bioterapiu.

Liečiteľia a ich schopnosti

Nie je správne opovrhovať tým, že mnohí prírodní liečitelia používajú pri svojej práci nielen prísnej logike podčiernené vedecké dôkazy, ale aj často také mimologické mechanizmy, ako sú predviedanie, psychologický odhad, intuícia. Ved'tvorcovia elektronického intelektu si zreteľne uvedomujú, že jeho obmedzenosť spočíva práve v tom, že stroj nemá intuíciu. Senzibilitu a intuíciu fytotherapeuta je možné účinne využiť jednak na diagnostiku pacienta (rukou, vírgulou, priamou auroskopiou, automatickou kresbou a pod.)

tak aj na voľbu jednotlivých rastlín, alebo ich kombinácií. Nie je múdre túto schopnosť, u zvlášť nadaných jedincov mimoriadne rozvinutú, potláčať a znevažovať. Snažme sa ju radšej pochopiť a využívať v prospech toho najušľachtilejšieho cieľa, ktorým je pomoc chorému a trpiacemu človeku.

Podobne ako v ostatných odvetviach prírodnej medicíny, aj vo fytoterapii je dôležité dôsledne uplatňovať komplexný pohľad na pacienta a prísne individuálny prístup, pre ktorý je charakteristické kladenie si otázky typu: „Je táto bylinka vhodná pre toto telo človeka?“ Stáva sa totiž, že dvaja pacienti s rovnakými chorobnými príznakmi dostanú podľa učebnicovej schémy naordinovaný rovnaký čaj, ten však jednému z nich pomôže a druhému nie. Z toho vyplýva, že je potrebné zohľadniť individuálne fyzický, psychický i energetický stav každého pacienta a zamerať sa na odhalenie prvej príčiny choroby a nie na odstránenie symptómov, ktoré sú sekundárne a často sú akýmsi signálom, že je narušená harmónia organizmu. Príčina ochorenia môže pochádzať nielen z úrovne fyzickej, ale tiež zo psychoregulatívnej alebo biofyzikálnej, čiže bioenergeticko-informačnej. Veľmi dôležitá je tiež snaha pacienta vyliedť sa, jeho disciplína, ale i dôvera k terapeutovi i k danej liečebnej metóde.

Fytoterapia ako energoinformačný systém

Spôsoby poznávania

Pre pochopenie vývoja liečiteľstva je dôležitý fakt, že ľudia v minulosti spoznávali svoje okolie nie sprostredkovaním v určenej prírodopisu, ale predovšetkým každodenným kontaktom s prírodou. Ak žili ako súčasť prírody, naučili sa intuitívne vnímať nielen možnú pomoc, ale aj nebezpečenstvo, ktoré sa v jej sfere skrývalo.

Zberové rituály

Zaujímavé je tiež, ako priradené (často nevhodne označované ako primitívne) národy pristupovali k svojmu okoliu. Tento vzťah bol založený na úcte a rešpekte k okolitej prírode a k darom, ktoré poskytovala matka Zem. Indiáni Omahovia napríklad nikdy nerobili kvety pie zabavu, alebo potešenie. Rastliny podľa nich majú určené aké si posvätné spôsoby používania, ktoré poznajú len vyvolení. Veria, že rastliny majú dušu, a preto sa k nim správajú ako k živým bytostiam, s úctou a pokorou ich prosia o pomoc a odovzdávajú im vďaka. Po vytrhnutí koreňa liečivej rastliny zo zeme do nej vložia štipku tabaku ako obeť a človek, ktorý bylinu vytrhol, prednesie takúto reč: „Vzal som to, čo si mi dala a nechávam ti toto. Príal by som si dlhý život a aby mňa, ani mojich blízkych nepostihla žiadna choroba.“

Keď liečiteľ z východnej Kanady zbiera liečivé bylinky, listy, alebo kôru stromov snaží sa usmieriť si dušu rastliny tým, že na toto miesto položí symbolickú obeť. Je totiž presvedčený, že bez príspevku duše by telo rastliny nemalo žiadny účinok.

Systémy využitia

V minulosti sa rastliny vo veľkej miere využívali nielen v liečiteľstve, ale aj pri rôznych magických praktikách, pričom tieto postupy sa vzájomne rôzne kombinovali a prelínali. Ako príklad uvedieme niektoré z nich:

1. Zariekavanie bylin - zosilnenie, alebo usmernenie účinku rastlín pomocou verbálnej formulácie. Napríklad: „Zbieram Ťa, rozmaríne, kvetina slnka, k zvýšeniu svojich duševných síl a sústredenia.“

Za dôležité pre dosiahnutie požadovaného



účinku bolo považované sústredenie sa na cieľ, ktorý sa mal pomocou byliny dosiahnuť a viera v účinok. Z hľadiska použitia biopola možno tento postup považovať za určité impregnovanie rastliny ako hmotného nosiča informácie.

2. Nosenie rastlín na tele (na krku, vo vrecu, opášané okolo pása, vo vlasoch, v topánke), alebo zavesenie v dome - najčastejšie nad dverami. Účinok možno vysvetliť jednak uvoľňovaním prchavých aromatických látok, (napr. antimikrobiálne pôsobenie cesnaku), ale tiež pôsobením biopola rastliny na úrovni energoinformačnej.

3. Rastliny sa používali vo forme kadidla, pričom sa spaľovali v ohni, alebo nechali tlieť na drevenom uhli (najčastejšie šalvia, mäta, jalovec a iné). Očistné pôsobenie tejto praktiky možno vysvetliť kombináciou aromatickej zložky rastliny a ohňa.

4. Takmer u všetkých národov bola v minulosti rozšírená viera, že stromy majú dušu (znieť sa o tom už v 1. stor. n. l. Plinius). S tým súviselo tzv. 'prenášanie' choroby na stromy, alebo na ducha stromu. Chorobu považovali za pôsobenie démonov. Ak duša stromu v boji so zlým démonom zvíťazila, strom rástol ďalej. Ak strom výnimočne uschol, vysvetľovalo sa to tak, že sa obetoval, aby človeka zachránil. Najčastejšie sa takto choroba prenášala na brezu, vrbu, alebo jelšu.

5. Možno predpokladať, že ľudia sa v prírode očisťovali od štruktúrne zmenených zložiek bioplazmy a zároveň čerpali zo stromu energiu potrebnú na uzdravenie. (pozn. red. Tak ako strom prijíma to, čo my vydychujeme, tak aj forma energie, ktorá je pre nás nepriaznivá, stromu prospieva a zároveň ni môžeme čerpať zo stromu energiu priaznivú pre nás).

Liečba, ochrana i zarietanie

Rôzne boli tiež cieľ, na ktoré boli rastliny používané:

1. Najčastejšie to bola snaha o uzdravenie pomocou rôznych liekových foriem a spôsobov ich vonkajšej a vnútornej aplikácie.

2. Ochranné pôsobenie - tzv. 'amulety' - boli nosené, alebo prenášané za účelom ochrany pred negatívnymi silami, či vibráciami. Ochrana mala byť buď všeobecná (proti akémukoľvek zlu), alebo konkrétna (proti zraneniu, blesku, hadišmu ustúpnutiu, ale aj negatívnym vplyvom spôsobeným inými ľuďmi).

Ak pripustíme, že rastlina mala skutočne určité ochranné pôsobenie vedomým naprogramovaním, ako aj vierou ochraňovaného v účinkoch, mohlo naozaj dôjsť k zosilneniu ochrannej zložky aury. Za ochranné rastliny sa považovali napr. bazalka, baza, ďatelina, nechtík, pivónia a ďalšie.

3. Z rastlín sa zhotovovali aj rôzne talizmany - predmety nosené za účelom prívolania zdravia, šťastia, lásky, plodnosti, peňazí a podobne. Priaznivý účinok, okrem už hore uvedených možností mohol byť zosilnený, ak bol talizman darovaný z lásky, alebo osobou so silnou citovou väzbou k obdarovanému.

Potreba výskumu

Interdisciplinárny výskum daných fenoménov by bol v tejto situácii nielen zaujímavý, ale pri vymedzení podmienok a hraníc praktického využitia výsledkov by boli k dispozícii aj účinné a bezpečné spôsoby, ako poskytnúť radu a pomoc chorým a trpiacim v rámci medicíny. Samozrejme, že je nutné, aby každý bádateľ a vedec bol dostatočne objektívny a kritický k predmetu svojho záujmu a k výsledkom, ku ktorým dospeje. Nemenej dôležité je však zbaviť sa predsudkov a znevažovania toho, čo nepozná a pohrdavého odmietania všetkého, čomu nerozumie

PharmDr. Lea Rochlitzová, skrátené

Lék pro duši i tělo

Klasikové homeopatie - Hahnemann, Kent, Hering a mnozí další - založili a rozvinuli obor, který je dnes podle Světové zdravotní organizace WHO druhou nejrozšířenější léčebnou metodou ve světě. Na prvním místě je tradiční čínská a indická medicína, na třetím herbalismus a teprve na čtvrtém místě je to, co bylo až donedávna u nás považováno za jedinou medicínu. Homeopatie je tedy neobyčejně významným hnutím, které ovlivňuje (k lepšímu) život velmi mnoha lidí. Říkáme-li "hnutím", chci tím zdůraznit, že homeopatie není jen pilulka, jen recept jak vyléčit neduh, jen něco na co pomyslíme v případe nejvyšší nouze, když jiné léky selhaly. Je to i filozofie a specifický pohled na člověka, jeho život a nemoc.

Dovolím si uvést na scénu základní pojmy, nikoliv proto, že bych se domníval, že je čtenář nezná, ale proto, abych zdůraznil zvláštnost homeopatického přístupu. Jsou tři základní pilíře homeopatického systému. **Princip podobnosti** dal této metodě jméno: homeopatie - podobná nemoc. To, co je schopna určitá přírodní substance vyvolat u zdravého, vyléčí u nemocného. Proč vyléčí? Protože ondu **nehmotného centra** v člověku, které řídí a oživuje celý organismus, tělo a mysl, byla dodána informace o patologii. Toto duchovní inteligentní centrum pak samo nachází cestu, jak se s patologií vypořádat, jak lépe organizovat dění.

Nehmotné, infinitezimální, ředění substance je druhým principem. A čím je lék ředěnější, tím je účinnější, působí dlouhodoběji, pronikavěji, zasahuje i velmi hluboko uložené problémy, léčí i zastaralé chronické potíže, a to při jednorázovém podání. Jeho síla - potence se ředěním a dynamizací (protřepáváním) zvyšuje. Proč tomu tak je? Odpověď zní: Nehmotné ředění léku působí na nehmotné duchovní organizační centrum v člověku. Toto centrum není zjištěitelné žádnou fyzikální či chemickou metodou, a proto je jeho existence materialistické vědě nepochopitelná. Je však dobře známa všem religiozním systémům i většině filozofických směrů, od Platóna až po dnešní jungiánskou psychoanalýzu či antroposofii. Hahnemann se o něm zmiňuje v Organon, základním díle homeopatie, na mnoha místech, např. těmito slovy: (§ 9) 'Ve zdravém stavu je člověk ovládnut duchovní životní silou (autokraticí), která hmotné tělo (organismus) oživuje v podobě dynamis a udržuje jeho části v obdivuhodně harmonickém souladu pocitu a činnosti, takže náš ovládnutý duch přítomný v našem nitru může tohoto živého, zdravého nástroje svobodně využívat k vyššímu účelu našeho bytí'. Je tedy zřejmé, že homeopatie je idealistickou metodou léčby, což ideálního, nehmotného, je zde příčinou všech věcí, příčinou nemoci i zdraví.

Třetím pilířem homeopatického přístupu k člověku je **teorie chronické nemoci**. Homeopatie chápe různé časové a místné oddělené nemoci a problémy jistého individua jako symptomy od narození se rozvíjející, jediné chronické nemoci, pokračující celý život. Hahnemann ji nazval miasmam, znečištěním. Jedná se vlastně o určité znatění nehmotného řídicího centra, lépe řečeno jeho nižších úrovní, neboť toto nehmotné centrum, tato duše, dynamis, životní síla, je jistým způsobem hierarchizováno, podobně jako spatřujeme hierarchii i na úrovni orgánové. Pouze chorobou narušená životní síla vyvolává nemoci. Vnější projevy choroby, patrné pro naše smysly, současně vyjadřují všechny vnitřní změny, tedy veškeré chorobné narušení vnitřní dynamis, a tím i celou chorobu... (Organon, § 12). Zatímco Hahnemann rozeznával tři základní druhy miasmatu, v dnešní době jsme schopni rozlišit takovýchto základních druhů patologického sestupu do nemoci velmi mnoho. Z prak-

tického hlediska je důležité, že je možno nalézt u člověka jeden lék, který je schopen léčebně pokrýt celý patologický obraz jedince, cele jeho zdravotní znečištění. Takzvaný **lék konstituční**, léčící celkovou konstituci, celého člověka, všechny jeho nemoci. U jistého člověka nacházíme najednou třeba alergii na pyl, chronický ekzém, bolesti hlavy a zánět středního ucha. Nebudeme léčit každé zvlášť, protože všechno má společnou příčinu v nehmotném centru.

Patologie nehmotného centra nám o sobě vypovídá právě prostřednictvím těchto nemocí a také chováním a myšlením člověka. Proto vybereme lék podle všech těchto dostupných údajů o člověku. Vždy je možno nalézt jeden konstituční lék, který pokrývá vše, **jeden lék pro jednu duši**. Centrum pak zahájí spontánní opravy organismu, jeho rekonstrukci, upustí od sestupné cesty do stále těžší patologie. Je schopno nastolit postupně stav úplného zdraví, osvobození od chronické nemoci, jak o něm mluví citovaný § 9. A to i u lidí, které až dosud trápi mnoho chronických neduhů. Zlepšují se a jsou pak trvale zdraví, jakkoliv to přijde jejich obvodnímu lékaři nemožné. Co více: znovu se organizující vnitřní centrum umožní člověku, aby byl výkonnější, aby lépe realizoval své představy a svá předsevzetí, aby znovu a lépe uspořádal celý svůj život, aby pomohl i lidem kolem sebe. Tak jako často vidíme nemocné a trpící lidi v podřízeném, neúspěšném a nevhodném postavení, tak můžeme na svých homeopatických pacientech pozorovat, jak posilují v průběhu konstituční léčby své sociální postavení, stávají se sebevědomými a respektovanými lidmi.

Silné a zdravé organizační centrum znamená vysokou schopnost bránit se vnějším patologickým vlivům. Bránit se mikroorganismům, psychickému stresu, agresivním a nepřijemným lidem, lépe snáset znečištění životního prostředí. Proto je podání konstitučního léku velmi důležité nejen pro léčbu chronických /klasickou medicínou často nevyléčitelných/ nemocí, ale také pro prevenci, pro budoucnost. Proto je velmi vhodné podat konstituční lék, stanovený podle všech charakteristik mysli a těla, i osobě zdravé, a to jen proto, aby ne onemocněla v budoucnu. A nejen proto by měl být také homeopat pod vlivem svého konstitučního léku. Podobně jako v psychoanalýze, kde každý terapeut nejdříve sám povinně prochází psychoanalýzou, je i zde nanejvýš vhodné, aby homeopat znal působení konstitučního léku ze svého vlastního prožitku. Tak totiž plně pochopí, co se odehrává v pacientovi a s pacientem během léčby a dokáže mu být průvodcem, spolehlivým léčitelem. Věc viděná zevnitř je mnohem přehlednější, jednodušší a samozřejmější, než když ji vnímá vnější pozorovatel. **Ne nadarmo doporučuji téměř všechny idealistické filozofické systémy** (jóga, buddhismus či křesťanská gnose...) **především vlastní poznání, vlastní prožitky.**

Jiří Čehovský





Základom uzdravenia je dôvera - viera a láska. Už Ježiš hovoril: *Tvoja viera ťa uzdravila, nech sa ti stane podľa tvojej vôle.* Viera, založená na želaní, chcení, túžbe - byť opäť zdravý. Čiže láske k sebe samému: želať si, že si zaslužíš byť v poriadku, mať sa dobre. Všetko utrpenie a choroby majú totiž

spoločný koreň: v našom vedomí, podvedomí, myslení - v

Duchu. Tu na mentálnej úrovni sa začína "ne-moc" - niečo, čo nie je správne, niečo, čo nie je v súlade s univerzálnymi zákonmi prírody a života. Niečo, čo ubližuje mne samotnému, alebo blížnemu. Ale svedomie si často nevšimneme, alebo nemáme (?), ospravedlníme nejakou výhovorkou, či dokážeme si svoju "pravdu", prekrývame pravdu polopравdou, ba niekedy i nepravdou, či hlúposťou. A vzniká chyba - "hriech". Porušenie božích zákonov lásky. A božie zákony - melú pomaly, ale isto. Keď si nevšimneme príznaky nemoci na duchovnej úrovni (bolesť hlavy, zmätok, stres, nespavosť, únava, ospalosť), a už nie len rozmyšľame, ale aj cítíme a konáme ďalej tak, že ubližujeme, začnú sa príznaky utrpenia prejavovať výraznejšie: na citovej - psychickej úrovni (podráždenosť, plačlivosť, strach, úzkosť, depresia). Školská medicína "Dušu" vedecky neuznáva a tak zatiaľ (žiaľ) nehmotné, neviditeľné, "nedokázateľné" úrovne duševného a duchovného (a ďalších ešte jemnejších éterických dimenzií našej bytosti) tela nedokáže liečiť, skalpelom a logickým rozumom - liečiť. Psychofarmaká iba utlmujú, potláčajú duchovné príčiny problému. Podstata duševno-duchovného (mystického, holistického - celistvého) uzdravenia je utajená v slovách Ježiša, keď vyhánal démona z posadnutého: *sú ti odpustené hriechy, ale viac tak už nečini!* Ale keď nepochopíme "hriech" a činíme ďalej zlo, nelásku a ubližujeme - začne trpieť už i naše telo na tretej viditeľnej hmotnej úrovni. Aby sme to už konečne videli, že niečo nie je v poriadku. Začne nás to bolieť. A už či to chceme cítiť, alebo si to nechceme uvedomiť - jednoducho naša choroba sa prejaví tým, že stratíme silu a musíme si ľahnúť do postele. Máme ne-moc, alebo lepšie povedané: nemáme moc (silu) ďalej konať zle, chyby. Naša vlastná bolesť a utrpenie nám dáva posolstvo, chce nám sprístupniť informáciu o tom, kde sme porušili božie zákony. V ti chu a pokojí v posteli by sme sa mali zamyslieť a "započúvať" čo

nám chce povedať náš vnútorný hlas - naša duša, ktorá je náš najlepší liečiteľ a učiteľ. Duša nás chce naučiť, ako si rozšíriť poznanie kozmickej pravdy. Príznak na tele je iba dôsledok, príčina je v cítení a myslení. Áno, začiatok každej choroby je v Duchu - vo vedomí, svedomí. Lebo

na počiatku všetkého bolo slovo a predtým myšlienka... O koreňoch zla prekrásne tiež učí Dhamma Buddha.

A tak spoločným koreňom hriechu - choroby je: keď myslíme, cítime a konáme tak, že ubližujeme sami sebe, alebo

blížnemu. Ježiš povedal:

Miluj svojho blížneho, ako seba samého a Pána Boha z celej sily, z celej mysle a z celého srdca.

A tak si za zdravie máme uvedomiť a plne prevziať zodpovednosť sami na seba. Nemať strach a hneď zo všetkým utekať za lekárom. Zmeniť tento postoj a otvoriť sa prijatiu a pochopeniu toho, že sa jedná o posolstvo, z ktorého sa máme poučiť, a to nie len na úrovni osobnej, ale možno na hlbšej ľudskej, globálnej. A takto sa okrem vyliečenia fyzického, očistí a uzdraví i duša a duch, čo vyvolá hlboké zmeny v sebaavedomení. Konečným a najvyšším cieľom je uvedomenie si Božskej iskry (lásky, milosti) v sebe. --

To je to najdôležitejšie pre naše zdravie: naučiť sa (spomenúť si) a znovu prevziať zodpovednosť za seba: mať k sebe lásku a úctu. Dôveru v seba a svoje vnútorné vedenie. Vieru v Boha v sebe, v nás, vo všetkom. Čo to konkrétne znamená, mať k sebe lásku a vieru? Znamená chovať sa v prvom rade k sebe samému s veľkým pochopením, trpezlivosťou. Objaviť v sebe znovu dieťa, byť k sebe starostlivým, verným, úprimným. Vytvoril si vlastné pravidlá, dôverovať si a robiť iba to, z čoho máme dobrý pocit. Radovať sa z každého okamžiku. Napláňovať si dostatok času pre radosť a potešenie. Myslieť na všetko s láskou, pociťovať k sebe lásku. Lebo iba keď máme najprv v sebe (k sebe) lásku, až potom ju môžeme dávať iným. To je naša spojitosť s Bohom. A každá nemoc je priamou správou o tom, že sa dostatočne nemilujeme, každá bolesť, strach - je oddelenie sa od toho čo je správne. Znamená to, že nie sme v pravde, v súlade a harmónii, že nie sme vo svojom pevnom strede, v celistvosti svojho bytia. A tak uzdravenie láskou a vierou je proces liečenia, ktorý nás dostane na novú úroveň poznania a sebaavedomenia.

PhDr. Vlasta Vaculová,
autorka sa venuje Artterapii

Kompas pre teba priateľa. aby si pri hľadaní cesty za zdravím nezabludil

- Nie si pánom nad ľuďmi, ani nad Prírodou

Kto sa cíti nadradený, prívodí si skôr, alebo neskôr zlyhanie dýchacích ciest, napríklad formou astmy!

- V svojom blížnom hľadaj predovšetkým jeho kladné stránky

Aj v tom najväčšom hlupákovi, alebo darebákovi nájdeš nejakú kladnú vlastnosť, ktorú si môžeš osvojiť. To pomáha vo vývoji!

- Svoje sily užívaj rozvážne

Drancovanie vlastného tela (alkohol, fajčenie, prejedanie sa, zbytočná askéza, nadmerný sex - hlavne tzv. autoerotika, dretie do úmoru, chorobná snaha vyniknúť, duševná prepracovanosť atď.) škodí nielen telu, ale predovšetkým duši, pretože spomaľuje, až zastavuje vlastný vývoj!!!

- Nebuď skúpy, oslobod' sa od závidosti a nenávisti

V opačnom prípade môžeš očakávať skorý štrajk žalúdka, žlčníka, pečene a úpornú zápchu! (tým však nie je povedané, že všetky poruchy tohoto typu sú spôsobené lakomstvom, závidosťou, alebo nenávisťou.)

- Raz a navždy zavrhní komplex menejcennosti

Také myslenie znižuje krvný tlak, dochádza k bolestiam hlavy a k závratom. Žužujú sa cievy, tlak pomaly nekontrolovateľne stúpa. Vznikajú najroznejšie dystonické poruchy. Ostatne, zdá sa, že pocit menejcennosti má na pozadí nadhodnotenie seba samého! Že to zníže protizmyselne? Nie, to len človek, ktorý si o sebe dosť myslí, verí, že je len nepriaznivou zhodou okolností zasadený do prostredia, ktoré ho nechápe, ba dokonca nepochope. Či sa voči "malému, ale mocnému okoliu" neschopný prejaví svoju "pravú veľkosť".

- Stály neklud a zhoršenie nervy

Páni menežeri, pani v dôležitom postavení - než sa zrúti, skúste zvážiť, či by pre vás nebolo výhodnejšie menej platené, ale kludnejšie zamestnanie, poprípade či by v vás nemala väčší úžitok celá rodina, keby ste radšej pracovali v domácnosti a viac sa starali o pravú výchovu svojich detí? (Pomocou spánku, nekludu, kožných chorôb, zlé trávenie a na konci rady rakovina - čo vám potom asi bude špičkové pracovné zaradenie s balkónom penaziť???)

- Pohodlnosť škodí linii

Primeraný pohyb, cvičenie, telesná námaha - podporujú stíhlu líniu a prispievajú k tomu, aby sa tieto ľahšie zbavilo odpadových látok, ktoré vyvolávajú početné ochorenia...

- Zbavte sa strachu pred zafrajškom

Strach zhoršuje prekrvenie niektorých častí tela. S pomocou nepriaznivých vonkajších vplyvov potom vzniká rad potiaží, ktoré môžu nakoniec vyústiť do nádorového ochorenia! Zbaviť sa strachu znamená orientovať svoju myšlienkovú kapacitu na lásku - k prírode, k blížnemu, ale predovšetkým mať pravú vieru, teda dôveru v Boha. Boh nám nedá zahynúť. Čím viac sme v tiesni, tým viac dokážeme otvoriť svoju dušu božiemu pôsobeniu. Nie nadarmo sa vraví "Keď ste v núdzi najvyššej - pomoc Božia najbližšie!!!"

- Vyvarujte sa unáhleného jednaní

Unáhlené jednanie nebýva rozumné a neskôr nás mrzí. Navyiac - pri takom spôsobe života vylučujú naše žľazy s vnútornou sekréciou radu látok, ktoré má naše telo "prípravené k boju". Ten sa však nekona, nahromadená energia sa vybijie, či vybijá pomaly. To všetko oslabuje činnosť ľadvín - nehovoriac o ďalších škodách, vzniknutých unáhleným jednaním.

- Využite zmysluplné voľný čas

Duševne pracujúci, nezabudnite na pohyb. Manuálne pracujúci, nezabudnite na potrebu duševného zážitku z dobrej knihy, či divadla. Všetci nezabudnite na potrebu ducha a doprajte mu povznesenie modlitbou, meditáciou, alebo priateľskou diskusiou na vážnu tému... Nervy sa uvoľnia, telo posilní, duch je osviežený - vzniká radosť zo života.

- Sebaovládanie človeka oslobodzuje

Výbuchy hnevu poškodzujú srdce. Len trpezlivý človek dokáže zostať vždy samým sebou!

- Pomoc druhým neoslabuje, ale rozmnožuje duševné i telesné sily.

Nejeden slabý a chradnúci človek telesne i duševne rozkvitol v pokornej službe svojim blížnym!

- Naučte sa odpúšťať a zabúdať na prikoría

V prvom momente po ťažkom ublížení, alebo krivde nás ovládne dych smútku a snád i nenávisťnej pomstychtivosti. Táto cesta však vedie do pekiel. Ovládnime sa a odpustíme, zabudnime; nežijme v sebe myšlienky na odplatu. Skúsme zavolať s Ježišom na Kríži "Otče, odpusť im, oni nevedia, čo činia!!!" Ohováranie a pomstychtivosť prehľbujú vrásky na tvári, zhoršujú trávenie. Naproti tomu odpustenie a dobrota srdca sa prejaví zlepšením telesných funkcií a rozjasnenou tvárou. Omladnete!

pokračovanie na ďalšej strane

Múdrost čínskej medicíny

časť 3

PEČEŇ - ŽLČNÍK

Dôležitosť tohoto okruhu pochopíme ak si uvedomíme, čo všetko pečeň vykonáva. Je to vlastne akási chemická továreň v našom tele. Premieňa cukry, bielkoviny a uhľohydráty, kontroluje hladinu cukru v krvi, vyrába enzýmy, žlčník vytvára žlč, potrebnú k emulgácii tukov a v neposlednom rade filtruje z krvi toxíny. Z toho je vidno, že pri dnešnom životnom štýle si toho dost užijú. Najviac nemajú rady potraviny s vysokým obsahom tukov, mäso, mliečne výrobky, vajcia. Tiež im moc nepomôže nadmerná spotreba soli, cukru a liekov a alkoholu. Faj ako je to s vaším jedálnym lístkom? Potom sa však nemôžte diviť okrem klasických žlčníkových kameňov a zápalov, cirhózy ani svalovým degeneratívnym chorobám, hemoroidálnym nútkaniam na zvracanie, bolestiam hlavy, problémom so spánkami, skleróze a tiež nespavosti a zlým snom. Nie nadarmo po precistení organizmu sa ľudom často o hodne zlepšiť zrak. Ba sú aj prípady, keď chronický zápal očí spojiviek ustúpil po vyperovaní žlčníkových kameňov. Orientálni lekári tiež rozlišovali viacero bolestí hlavy. Ak bola bolesť hlboká, vo vnútri hlavy a boľeli pri nej oči, bola to bolesť pečene. Inokedy, keď bola bolesť najväčšia po stranách hlavy, zosťrovala ku krku až k trapezovému svalu, bola povrchového charakteru, ako keby boľeli slasy, išlo o bolesť žlčníku. Pre ľadivý bola zase charakteristická bolesť v čele, pokračujúca k vrcholku hlavy, až ku krčnej chrbtici. Žalúdok zase boľeva v spánkovej krajine a sprevádza ho nútkanie k zvracaniu.

Pečeň má ale aj veľký vplyv na náš psychiku. Pre človeka s dobrou čísnosťou pečene je typická vytrvalosť a odvaha. Keď však trpí lenou okruhu energetickou preplnenosťou, prejaví sa to tvrdohlavosťou, púťkársťvom a niekedy aj zľadnosťou a stresťenosťou. Naopak prázdnosť okruhu sa prejavuje neporiadnosťou, ľadkou zmenou názorov a nerozhodnosťou. Tak tiež depresiami, ktorých dôvod však ten človek vidí vo svojom okolí. Narieka na neporozumenie a ako by všetci boli proti. Čiti sa tiež prepracovaný. Už aj to, že sa hovorí o žlčníkových ľudoch naznačuje aký je človek so zlou funkciou pečene.

Takže povedali sme si niečo o dôležitosť okruhu pečene. Ale ako by sme mu mohli pomôcť? Treba im v prvom rade uľadčiť robotu a to tým, že sa vyhneme nadmernému jedeniu potravín ako sú mäso, vajcia, mliečne výrobky, ale tiež soli, cukrov a alkoholu. Naopak blahodarný účinok majú napríklad zelené bylinky, kľičky a kyslá zelenina. Takisto im veľmi pomôžu jarné ale nielen jarné očistné kúry, pôsty, bylinné a šťavové kúry, ktoré precistia náš organizmus a uľadčia preťaženej pečeni. No a ako inak aj u tohto okruhu platí tak dobre známe, ale nie vždy uskutočňované predsväzatie - Nerozčuľovať sa!

Ondro Végh

- Humor a veselá myseľ sú soľou života

Žijeme tu a teraz! Boh nás miluje. Najkrásnejšou modlitbou je myšlienka a veselá, usmievať sa. Také jednanie zaviera dvere chorobám, často doslova pred nosom. Naproti tomu smutná tuposť, alebo zatrpknutosť ich otvára dokorán. A veľkým otvorom vždy niečo traťi...

- Majte skutočnú, prežitú vieru v Boha

Pravá viera znamená dôveru. Každý deň je iný. Život je krásne dobrodružstvo. Boh nás nikdy neopustí! Modlitbou a rozjímaním si k nemu stavíme most! S dôverou ži - a i keď je trebárs tvojho pozemského života namále, čaká ťa život večný na nebesiach. A to predsa vôbec nie je málo!!!

Stále viac ľudí si stále jasnejšie uvedomuje, že pri akejkoľvek nemoci nejde o zlú funkciu, či poruchu jedného orgánu, ale vždy je nemocný celý človek. Nemoc vlastne nie je nič iného, ako hlboká porucha jednoty telo-duša-duch-človek.

Bezuzdné túžby, nadmerná ponuka konzumných statkov v stále nových podobách - to všetko narušuje krehkú rovnováhu človeka. K tomu pristupuje ťižiadnosť v obchode, v zamestnaní, trvalá snaha "o úspech" - a väčšinou falošné nadhodnocovanie seba samých. Merítkom, ktoré uznávame, je to, čoho sme hmotne dosiahli - a nie harmónia osobnosti. Dnešná krízová situácia je zafatená i neverou. Človek už sa nepokladá väčšinou za článok Stvorenia, ale stále viac sa izoluje a pochabo sa domnieva, že je sebestačný. Pritom však denne pociťuje svoju bezmocnosť a obmedzenosť a stáva sa viac a viac neistým. Chýba mu pevné stanovisko. A bez pevného stanoviska stráca akákoľvek práca istotu - a vlastne i zmysel.

Toto je podľa mňa príčinou, prečo je dnešný človek stále viac chorý. K tomu ešte prispúja nespľniteľný vytúžený sen, že človek bude raz na zemi zdravý a šťastný. To je mylná a klamná predstava. Život človeka na zemi má ohraničené trvanie. Má cenu len ako práva na život večný. Vieru v posmrtný život preto nie je možné len tak odstrániť!

Zdravie je veľké dobro, ale nie najvyšším cieľom!

Vyrovnanosť osobnosti je zdrojom spokojnosti a táto vyrovnanosť stojí nad zdravím. Musíme si uvedomiť, že život je súčťom radostí, ale aj bolestí. Bolesť nie je možné odhodíť. Môžeme ju ale prechádzať a zmiernovať rôznymi prostriedkami.

Úspech, alebo neúspech bylinnej liečby nezávisí ani tak na samotných bylinách, ale viac na ľuďoch, ktorí s nimi pracujú. Ktorí ich dokážu správne vyhodnotiť a aplikovať. Na ľuďoch, ktorí okrem vysokej odbornosti a erudície majú aj vysokú morálku a dokážu vyciťovať, čo nemocný predovšetkým potrebuje.

Len dokonalá symbióza liečivých rastlín a človeka, doplnená rozumnou životosprávou, môže zdravie priaznivo ovplyvniť! Pretože rovnováha tela-duše-ducha v človeku a účinnosť liečivých rastlín spolu veľmi úzko súvisia.

Hermann Jozef Weidinger
z knihy J. A. Zentrich: Tretí cesta ke zdraví

Bylinky na jar

Baza Čierna

Kvet zbierame v máji až júni, najlepšie na poludnie. Výborný prostriedok pri nachladení, podporuje potenie a Vykašľavanie. Je tiež močopudná a priaznivo pôsobí na steny ciev.

Cesnak medvedi

List sa zbiera v marci, až v apríli a to pred rozkvitnutím. Používame buď čerstvé listy do šalátov, alebo ako tinktúru. Výborný prostriedok na jarné precistenie krvi, má antibiôtické účinky, znižuje krvný tlak, pôsobí močopudne. Čerstvé listy tiež pôsobia preventívne na zažívací trakt a hoja zápal v ústach.

Hloh jednozemenný

Kvet a list sa zbiera v apríli až máji. Pôsobí proti infarktu a má celkový priaznivý vplyv na srdce a krvný obeh. Skludňuje srdcové neurózy. Pôsobí protiskleroticky, znižuje krvný tlak a mierne ukludňuje. Má tiež priaznivý vplyv pri opuchoch srdcového aj ľadvinového pôvodu. Zvlášť vhodná bylina pre starších ľudí.

Dúška materina

Zbiera sa vnať, najlepšie začiatkom kvitnutia, čiže najčastejšie v máji a okolo obeda. Má silné hojivé a dezinfekčné účinky. Pôsobí proti rôznym zápalom. Používa sa aj na klokanie obklady. Účinná je pri zápaloch priedušiek s kašľom, prispieva k liečbe preháňania a dezinfikuje močové cesty.

Podbeľ liečivý

Kvet sa zbiera skoro na jar na začiatku kvitnutia najlepšie po obede a list v máji až júni. Dokonale chráni zapálené sliznice, napríklad dýchacích ciest. Je základnou bylinou pre liečbu astmy. Dokáže stlmíť kašľ, ale zároveň podporí vykašľávanie tam, kde je treba. Používa sa aj ako pomocné liečivo pri cukrovke.

Prhlava dvojdomá

List zbierame od skorej jari do konca mája. Výborný prostriedok na čistenie krvi. Podporuje latickovú výmenu a všetky fyziologické funkcie, pôsobí antivirovo, protipreháňavo, močopudne, podporuje liečbu bronchitálnej astmy, hojenie rán. Pri vonkajšom použití je veľmi účinná proti vypadániu vlasov.

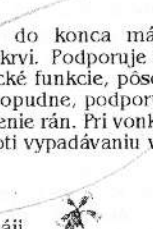
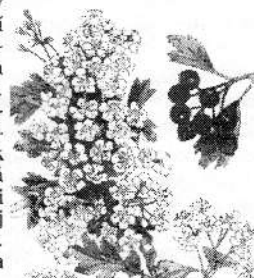
Prvosienka jarná

Kvet sa zbiera v apríli až máji. Zriedkuje hlien, zlepšuje ich vykašľávanie a tlmí neproduktívny kašľ. Okrem toho pôsobí močopudne, tlmí zápal, prispieva k rozpadu močových kameňov a tiež k celkovému ukludneniu.

Rumanček kamilkový (harmanček)

Kvet sa zbiera v máji až júni. Požíva sa pri liečbe žalúdočných a črevných chorôb, popálenín, na výplachy očí pri zápaloch.

spracované podľa knihy J. Janča a J. A. Zentrich: Herbar léčivých rostlin





**Jak se u vás vyvinula myšlienka
deľat to, co nyní deľate, jak jste k
tomu dospeli?**

Zbýněk: Já jsem vyrůstal na samotě na vesnici u Liberce, takže jsem si vždycky myslel, že budu žít nějak takto. Po studiu na lesnické škole jsem nastoupil na správu CHKO Jizerské hory a tady jsem si uvědomil, že náprava současného světa není jen v zalesňování imisních holin, ale v osobní odpovědnosti za každodenní činy. Uvědomil jsem si, že za každý imisní zničený strom nesu odpovědnost i já.

Veverka: Ja som začala s ekológiou v 16-tich u Slobody zvierat. No a tam som prišla k tomu, že je síce pekne hovoriť ľuďom, čo by sa malo zmeniť, ale že nie som schopná zmeniť tú spoločnosť, ale že som zodpovedná aj ja, pretože keď žijem v meste, vždy idem cestou kompromisov. Okolo 18-tich som sa dostala na Zaježovú a tam som videla, že sa to dá aj prakticky.

A konkrétne ten projekt tady?

Zbýněk: Mě Frydlantsko lákalo pořád a tak jsem se vlastně díval po nějaké možnosti, jak začít. Už asi dva roky jsem znal pana faráře Michala z Nového Města pod Smrkem, a ten pro tyto účely nabídl přelata nevyužívaný historický objekt. Navíc je tu možnost nejen pronájmu, ale i koupě domu a dalších pozemků okolo. To místo je prostě krásné.

Také jsem půl roku strávil na Zaježově. Tam jsem viděl, že se to dá. A že lepší pro tyhle situace je, když se spojí víc lidí dohromady. Jeden sám člověk nemůže jít důkladně do všech důsledků ve společenství je to snazší. Ale na druhou stranu ve společenství se zase nutně vyskytnou různé interpersonální vztahy. Tady jsme se to ale snažili řešit v rámci toho, co ty lidi bude vnitřně spájet.

Je v tom tedy určitý odraz vašeho pohledu na svět, na jeho budoucnost. Jakou tedy zastáváte životní filosofii, proč tohle deľate?

Veverka: No, pre mňa je to žiť v súlade so všetkým, nielen ničomu a nikomu neubližovať, ale aj poznať sa, pokiaľ to ide. A zároveň aj nájsť možnosť, ak tomu všetkému pomáhať.

Zbýněk: Z toho prakticky vychází ta soběstačnost, dojíť ke všem důsledkům svých činů. Snažit se, aby nebyly vazby, které unikají naší odpovědnosti. To jak v tomto hmotném světe, tak ale i v duchovním.

Jste nějak duchovně zaměření?

Zbýněk: Bez toho to nejde.

Veverka: Nepatříme k žiadnemu prúdu, ale veriaci sme. Nie sme materialisti. Zase, pokiaľ chceš dojsť k slobode, nesmieš na ničom lipieť, všetko sa musí prečistiť.

Bylo těžké odejít na venkov a začít se tvrdě učit žít?

Zbýněk: Pro mě to nebyl velký přechod, já jsem vyrůstal na vesnici. Spíš jde o to překonání pohodlnosti, toho, co by ani na té vesnici být nemuselo. Mně to takhle přijde logické, беру život do důsledků podle svých názorů.

Veverka: Ja som vlastne žila celý život v meste, najprv v Banskej Bystrici, potom v Bratislave, takže som také panelákové dieťa. Takže, nemala som ako problém zvyknúť si na to, že sa tu žije bez elektriky, že sa kúri drevom, že vodu si nosíme zo studne, ale bývala som z toho spočiatku veľmi unavená. Teraz som si na tu fyzickú prácu už zvykla a baví ma to.

Jak to řešíte s penězi, jste zaměstnaní nebo jak se živíte?

Veverka: Takže mňa zamestnáva občianske združenie Lunaria, čo je naše občianske združenie, kde robím knižnicu, múzeum, účtovníctvo, sekretárku a všetko ostatné, čo je treba.

Žit' iný život - vo vznikajúcej ekodedinke Jitřenka

Veverka a Zbýněk Vlkovi jsou zakladateli a jedněmi z obyvatel (spolu s manžely Troníčkovi, Veronikou Vachkovou a Romanem Mikulíčem) vznikající ekovesničky Jitřenka v Jindřichovicích pod Smrkem. V současnosti mají pronajatou faru, obhospodařují menší pozemek, chovají koně, kozy, slepice, králíky. Plánují koupit velkého stavení na okraji obce spolu s okolními pozemky, v něm kromě bydlení vytvořit i muzeum venkovských tradic a knihovnu. Ve dnech 19.-21.3. proběhlo u nich v pořadí již páté setkání zájemců o život v ekovesničkách či venkovských komunitách. Zde se kromě mnoha příznivců a sympatizantů objevilo i pár lidí, kteří již nějaké konkrétní projekty mají nebo plánují. Kruh života byl u toho a ptal se.

Zbýněk: Já jsem dobrovolně nezaměstnaný.

Jak se vyrovnáváte se vztahy k systému - daně, pojištění, škola, armáda atd.?

Zbýněk: Koneckonců moc těch daní nevědom, ale sociální a zdravotní pojištění je pro mě. Takže to bereme jako povinnost, jako míne, což k doktorovi nechodíme, nemáme školu, Veverka nejděla. Budu to složitější, až se budeme snažit být úplně soběstační nebo budeme nadržujeme nějakým stát. Celý ten systém je pochybný, ale chceme to nějak vyřešit a pak nepálit, než nepálit a pak to nějak řešit. Ale dnes si na to netroubíme a ani neděláme to vyřešit.

Co přínosá blízkých literárních hor? Vybrali jste si to kvůli němu?

Zbýněk: Ja jsem šel na lesnímu kvas Jitřenku, mám tady svoje kořeny.

Veverka: Ja som mala ľahké si tu na to zvyknúť. Na strednom Slovensku je to iné než tu. Je tu dosť často mra a zima zalieta pod kožu, zatiaľ čo napríklad na Sehen na Zaježovej je to iné, je zima, je zima a keď sa vám škola je lepšie.

Na a není to tak polohou?

Veverka: No hej, to stredné Slovensko je vyššie, ale Zbýněk tu také mluvené.

Jak vás přijali místní lidé, jak se dívají na vaše aktivity? Máte tu už nějaké příznivce a odporce?

Zbýněk: Obecně lidé nás berou vřavě, přišli komové jsou velmi dobré. Pak třeba místních taky.

Veverka: Místní děti vřavě.

Zbýněk: Několik lidí staršího věku dojde. Třeba jedna paní si k nám vřavě ráda chodí popovídat. Potom jsou tu takové u starší, co deľat dle ve velkozemědělství, a to to nechápu. Ale nefeknou to přímo, spíš se to člověk dozví z klebet z druhé ruky. Otevřený konflikt s nikým nemáme.

A snažíte se být otevření nebo spíš uzavřenou komunitou?

Zbýněk: Nechceme být závislí, ale deľat hodne aktivity pro místní komunitu, hlavne dečka. Nechceme být závislí na veřejném mínění, ale jsme otevření.

Veverka: Je velmi důležité byt úprinní. Ak nás nepochopia, hej, sme divní, ale v podstate nás berú.

Dělaté tady víkendovky, jak to snášej samotní účastníci (bez elektriny, teplé vody)? Je víc lidí, kterým se tyto podmínky líbí, nebo těch, které to zklame a už neprijedou?

Zbýněk: Jezdí sem lidé pořád ti sami, občas se to různě obměňuje, ale jsou to v podstatě tiž. Teď na jaře ale začne jezdit zase více lidí než je obvyklé v zimě, tak uvidíme.

Veverka: My väčšinou píšeme, že tu nie je elektrika ani teplá voda, ak sú tu podmienky, takže tí, čo prídu s tým počítajú.

Jak vidíte svoji budoucnost tady - myslíte, že budete takhle žít stále, nebo že si třeba za 10-20 let necháte zavést elektriku, pořídíte televizi, auto, ledničku, mobil...?

Zbýněk: Těžko říci, co bude za 20 let. Věrne to

mu, co je v nás. Kdybych věděl, že za 20 roků toho nechám, tak do toho nejdu.

Veverka: My máme v tomto celkom jasno a veríme, že tade to vedie cesta. No čas ukáže. Tú skromnosť a odmietanie technických vymožeností si chceme niesť ďalej. Všetko si čo najviac urobíť sami, vyrábať si sviečky, vodu brať zo studne, prať v potoku.

Tim už jsme trochu nakousli, jak se liší život tady od života ve městě...

Zbýněk: Na dřevo chodíme do lesa s koněma a ručníma pilami. Na týden dřeva strávíme tak tři hodiny práce v lese. Teď ale musíme přestavět kama, tyhle se už úspěšně rozpadají. Elektrinu nepoužíváme, Veronika také ne, ale Roman a Troníčkovi ano, ajk kdo chce, my nechceme. Voda se nosí ze studně. Každý si vaří sám (neděláme společně jídlo), ale občas se pozvěme. Záchod nemáme splachovací, kompostuju se to.

Veverka: Ono sa to všetko odvíja jedno od druhého. Nepoužívame elektriku, takže ani pračku, ledničku atp. Věříme na valse, mlieko dojmie ručne.

Jste přesvědčení, že tohle je lepší, nebo že je to spíš alternativa k současnému světu? Plno lidí je unaveno výdobytky konzumu - mobily, internet, dovolená na druhém konci světa, co vy?

Zbýněk: Učím tam to nechybí. Jestli je to lepší? Je to asi nejlepší cesta pro nás. Tohle je subjektivní, ale tady to beru různě a na těch různých cestách se neustále mění. Každá cesta je lepší. Je ale důležité někde na té cestě být, protože současný způsob civilizace je neudržitelný. Jsou lidi, co chtějí dojet úzkam dál duchovně, uměním nebo tak, nechci to ale porovnávat. Mám takový pocit, že na těch různých cestách se jeden od druhého budeme muset učit, je potřeba toho hodně změnit, ale nelze říci definitivně co. Každopádně je to dlouhá cesta a zastavit se znamená duchovní smrt. Je důležité být otevřený a nechat se stále ovlivňovat.

Teď k ekovesničkám. Proč se snažíte dát dokupy lidi zajímající se o ekovesničky - je to i proto, abyste v tomhle cítili podporu podobně smýšlejících lidí?

Zbýněk: To je podobné, jako u té předchozí otázky. Těch cest je hodně, a proto je důležité vědět o sobě i kvůli těm možnostem ovlivňování se, různých pohledů a různých cest. Hnutí ekovesniček je důležité v tom, že prezentuje určitý trend, který sdílí více jednotlivců, kteří by osamoceni byli slabší.

A jak se díváte na ekovesničkově hnutí tady? Které projekty vás zklamaly/potešily?

Veverka: Nás potešilo, že sa to konečne začína hýbať. Ľudia o to prejavujú záujem, chcú sa stretávať a ovplyvňovať sa, nechcú byť v tom sami. A potešilo nás aj to, že tie snahy sú naozaj rôzne, že každý človek si hľadá tú svoju cestu, to, čo jemu osobitne vyhovuje. Nám nevaďí ani solárna dedinka, no ja si to predstavujem inak, nie je to cesta pre mňa. Ale nedá sa povedať, že by nás niečo sklámalo.

Zbýněk: TY snahy Milý Fínkeho jsou pozoruhodné.

Veverka: Existuje viac projektov, niektoré sú nám bližšie, iné vzdialenejšie. Ale je to tak dobre, každému vyhovuje niečo iné.

Zbýněk: My nechceme mluvit za hnutí ekovesniček. To je různorodé. Mluvíme jen sami za sebe, takhle to vyhovuje nám.

Jak hodnotíte dnešní setkání - co jste od toho očekávali, co se splnilo?

Zbýněk: Brali jsme to spíš jako prostor k inspiraci, setkávání se, diskutování v malých kroužkách. A to se taky spontánně dělo.

Pokračování na další straně



Ľuby v hrnci

Drevokazné ľuby v okolí Bratislavy

Drevokazné ľuby patria medzi nebezpečných a miestami veľmi rozšírených škodcov lesných drevín z pohľadu človeka, v prirodzenom ekosystéme ale plnia dôležitú úlohu udržiavania rovnováhy a samoregulácie lesných biotopov. Rastú na odumretých, chorých i zdravých stromoch, či už na koreňoch, pňoch alebo kmeňoch v ľubovoľnej výške. Mnohé z nich sú jedlé a dajú sa z nich vytvoriť priam labužnícke delikatesy. Od dávno minulých až po súčasnosť patrili a stále patria medzi významné zberové plodiny. Možno ich ješť zčerstva tepeľne upravené, zavárať, sušiť a mraziť. Svojou nutričnou hodnotou, obsahom niektorých vitamínov a minerálov sa zaraďujú medzi dôležité potravinové zdroje.



Najznámejšie a najčastejšie zbierané drevokazné ľuby sú: uchovec bazový, podpňovka obyčajná, hľiva uštrícovitá, sírovec obyčajný, pečeneňec dubový, trúdnik šupinatý, plamienka zamatovohlúbiková.

Uchovec bazový (*Hirneola auricula* - judae) tiež aj judášovo ucho rastie na baze čiernej alebo agáte. Celá plodnica je veľká 1-12 cm, rôsolvito pružná lastúrovitá alebo miskového tvaru, tmavo-sivohnedej alebo čiernohnedej farby. Rastie v trsoch i jednotlivé (fascinujúci je pohľad na takmer úplne 'zahubovanú' bazu po celý rok okrem suchého obdobia a silných mrazov, buď na odumretých kmeňoch a konároch alebo živom strome. Vhodná do polievok.

Podpňovka obyčajná (*Armilleria mellea*) ľudovo václavka alebo michalka, vyrastá na pňoch, koreňoch a kmeňoch živých alebo odumretých stromov. V priaznivom vlhkom období aj na ulomených konároch hnujúcich medzi popadaným listím, miestami vo veľkých kolóniách. Rastie jednotlivé i v trsoch podľa daných životných podmienok. Možno zbierať v septembri až októbri. Má široké kuchynské využitie.

Hľiva uštrícovitá (*Pleurotus ostreatus*) je známa tiež z priemyselného pestovania a spracovávaní, ale nevyrovná sa chuťovo divorastúcim druhom. V prírode rastie na kmeňoch a pňoch hlavne listnatých stromov, takmer vždy na tom istom mieste. Hľiva tvorí trsy plodníc strechovito nad sebou rôzneho zafarbenia podľa druhu (modrofialové, hnedasté, tmavosivé). Zberové obdobie je od júla do začiatku zimy. Má tiež všestranné použitie.

Sírovec obyčajný (*Laetiporus sulphureus*) je veľmi nápadná, už z diaľky oku lahodiaca ľuba.

Svojou krásnou sivo-voľitou (ako vyplýva aj zo samotného názvu) až jemne ružovou farbou príjemne skrášuje naše lesy. Vyrastá na živých listnatých stromoch (dub, vrba, topoľ), zriedkavejšie na odumretých kmeňoch. Miestami vytvára úctyhodné až 40 cm plodnice, od mája do septembra. Jedna z najchutnejších.

Pečeneňec dubový (*Fistulina hepatica*) svojím tvarom po prekrojení pripomína jazyk (ľudovo volský jazyk). Po stlačení alebo prerezaní vylučuje červenú tekutinu čo jej podobu ešte viac zreálnuje. Povrch plodnice je hrubo rôsolvitý, bradavičnatý, oranžovo červený až krvavo masovočervený farby. Môže narásť až do 20 cm dĺžky. Rastie na kmeňoch starých dubov alebo gaštanov na živých kmeňoch alebo čerstvých pňoch.

Zbierať možno od júla do októbra. Je kyslastej chuti a dajú sa z neho vytvoriť vynikajúce jedlá. **Trúdnik šupinatý** (*Polyporus squamosus*) sa objavuje hlavne na jar a v lete na odumretých a živých kmeňoch listnatých stromov a pňoch hlavne bukov, vrbach, orechoch, topoľoch, javorov, lipách, jaseňoch, gaštanoch. Možno ho nájsť v parkoch, sadoch, stromoradiach a samozrejme v lesoch. Podľa daždivého počasia i priaznivých klimatických podmienok dokáže veľmi rýchlo narásť do veľkých rozmerov a hmotností aj niekoľkých kilogramov. Mladé plodnice sú vhodné do polievok, gulášov. Staršie (ale nie veľmi staré) sa dajú použiť ako vývar (základ pre polievku) - potom vybrať a nejesť.

Plamienka zamatovohlúbiková (*Flammulina velutipes*) je zberateľná po celý rok, znáša teploty pod bod mrazu. Vyskytuje sa na živých stromoch v nedokonale zahojených ranách po odrezaných konároch a pňoch. Objavuje sa aj na odumretých kmeňoch stromov listnatých, zriedkavo aj ihličnatých. Rastie v trsoch a zbierajú sa iba klobúčky. Možno ju nájsť aj v záhradkách alebo parkoch. Je potrebné ju dôkladne tepelne upraviť.

! Pozor na zámenu s jedovatou strapcovkou zväzkovitou (*Hypopholoma fasciculare*)!

V záujme vlastného zdravia zbierame len tie ľuby, ktoré bezpečne poznáme. Samozrejme hlavne mladé plodnice, jednoznačne zaraditeľné, vyfarbené, nečervivé a spracujeme ich v čo najkratšom čase.

Aj ľuby si zaslúžia našu ochranu a úctu. Preto zbierame len toľko, koľko skutočne zúžitkujeme a zbytočne neničíme tie, čo nepoznáme. Pretože mnohé z ľubí žijú v skutočnej symbióze so stromami a jeden bez druhého by len živorili.

Milan Gazdík

Kuchárske inšpirácie

pre využitie drevokazných hríbov

Pečeneňec v paradajkovej omáčke

Trs pečeneňca, olej, paradajkový pretlak a.l. 1/2 kg olúpaných čerstvých paradajok, 1 veľká cibuľa, 6 strúčikov cesnaku, oregano, čierne korenie, červená paprika, rasca, soľ, krupica

Cibuľku očistíme, nasekáme nadrobno a na oleji speníme. Pridáme očistený pečeneňec nakrájaný na plátky, osolíme a asi 15 minút dusíme. Potom pridáme paradajky, cesnak a koreniny a dusíme ešte asi 20 minút. Podľa potreby zahustíme krupicou. Podávame s

knedľou alebo so zemiakmi.

Guláš s "václavkami"

1/2 kg václaviek, 100g sójových kociek, 1/2 hg zemiakov, 1 veľká cibuľa, 6 strúčikov cesnaku, olej, rasca, čierne korenie, červená paprika, majorán, 1/2 kg paradajok, 3 papriky, soľ, krupica

Cibuľku očistíme, nasekáme a spolu so sójovým mäsom (nenamoreným) osmažíme na oleji. Podlejeme, pridáme ľuby, koreniny, soľ, zemiaky nakrája-

né na kocky, paradajky a papriku nakrájané na kolieska a dusíme asi 30 minút. Podľa potreby zahustíme krupicou. Podávame s chlebom.

Sírovec na rasci

Trs sírovca, olej, rasca, soľ. Sírovec nakrájame na tenké plátky, na rozpálenom oleji osmažíme z oboch strán, posypeme rascou, osolíme a dusíme asi 30 minút. Podlievame podľa potreby. Podávame s chlebom alebo so zemiakmi. vymyslela, spracovala a spísala Alena Gazdíková

D.I.Y.



Urob si sám

Mentolová zubná pasta

Vezmite 5 ml jedlej sódy, prášok z jahodových koreňov (alebo živočíšne uhlie) a 2 kvapky mätovej silice (nutné kúpiť v obchode). Pridajte toľko kvapiek vody, aby vznikla pasta. Dobré zamiešajte a môžete používať.

Drevný popol

Drevný popol je osvedčeným prostriedkom na čistenie zubov. Popol by mal byť z čistého dreva, bez listia, urnelej hmoty, papiera, najlepšie je dubový. Vychladnutý popol sa roztláča na jemno, naberie sa na prst a čistia sa ním zuby ako pastou. Popol sa da nahradíť tak, že sa nechá na drobno nakrájaný patlón upiecť do čierne, potom sa rozdrví alebo pomlie.

Ústna voda z mäty a rozmarínu

Nechajte zovrieť asi 500 ml destilovanej alebo minerálnej vody, v ktorej necháte vyluhovať 5 ml mätovej silice, 5 ml listov rozmarínu a 5 ml anízových plodov asi 20 min. Po vychladnutí preceďte a používajte ako kloktadlo.

Rýchle zubné čistiadlo

Zuby a ďasná potierajte a masírujte šálvovým listom

Starostlivosť o zuby

Nezabúdajte, že na stav vašich zubov má najväčší vplyv zloženie vašej stravy. Najhoršie na zuby vplyva rafinovaný cukor a výrobky, do ktorých je pridávaný. Zuby naopak chráni jedenie surových zemiakov so šupkou (len zdravé zemiaky a dôkladné umytie), pod šupkou zemiaku sa totiž nachádzajú zlúčeniny fluóru.

podľa časopisu Svoboda Svobodným č. 2 a brožúrky Sebestačný život

Pokračovanie z predošlej strany

Veverka: Aj keď sú tie aktivity rôznorodé, je fajn, že nás tu spája spoločný pohľad na to, že je treba nejakú ísť po tej ceste. A môže sa dlho diskutovať a učiť sa jeden od druhého, v tom je tá síla.

A posledná otázka, ak sa vám líbi Kruh života?

Zbýnek: U nás to riešime tak, že Veverka čte a pak mi řekne, co je dobré (směje se).

Veverka: Páči sa mi to, že je praktický, aj okolo tej záhradky. Tu je filozofia spojená s praxou, je to cesta dobrým smerom. Je príjemné si prečítať aj o ostatných ľuďoch ktorí takto nejakú žijú, keď sme tu sami, a oni sú inde. Je fajn.

Ďíky moc za rozhovor a za pohodu.

V Jindřichovicích si s Vlkovými jednu březnovou sobotu povídal Rošťa.

Adresa: Zbyněk Vlk, Fara, Jindřichovice, 463 66, ČR



HISTORICKÉ PŘÍKLADY HNUTÍ ZA SLOBODU, ROVNOST A ÚCTU K ZEMI

Túžba ľudí žiť v slobodnej spoločnosti, založenej na rovnosti, vzájomnej spolupráci a rešpektovaní individuality každého človeka, úcte k prírode a chápaní prirodzených síl Zeme, nie je vôbec ničím novým. História to nie sú iba kráľovské rody, generáli a armády, cirkevné autority, utlačovatelia, tyrani, politici, bohatí vlastníci a priemyselníci, ale aj ľudia, ktorí sa dokázali vzoprieť neprirodzeným, násilím vnúteným autoritám a urobiť niečo pre uskutočnenie svojich predstáv o lepšom živote, či už ako jednotlivci, skupiny alebo masové hnutia. I napriek tomu, že takéto individuality, či skupiny ľudí boli často perzekuované, potlačané a násilím umlčané, ich vplyv na vývoj ľudskej spoločnosti nemožno poprieť. Niekoľko nasledujúcich príkladov z histórie môže aj dnes priniesť inšpiráciu všetkým, ktorí veria, že Zem je najlepším miestom pre uskutočnenie snov o lepšom živote.

Lolardovia

John Wyclif bol stredoveký teológ, ktorý hlásal predbehlo myslenie Reformácie o 150 rokov. Podľa historických záznamov učil na katedru v Oxforde, medzi rokmi 1365-1375 bol právnym poradcom kráľa Edvarda III. Bolo to obdobie, kedy sa povstávajúce národné stavy dostali do sporu s pápežským úradom. Po smere v Pise (1376) boli dvaja pápeži a cirkev ako všeobecná autorita utrpela stratu prestíže a vierohodnosti. Anglická spoločnosť sa v tomto období nachádzala v období zlomkov po Čiernej smrti (1347) a po období moru počas vlády Edvarda III v r. 1361 a 1369.

Ako vyplýva z jeho štúdií biblie a dejín, Wyclif bol odporcom cirkevnej moci. V diele *De Dominio Divino* (1376) Wyclif popiera autoritu kráľov, pápežov a kňazov. Po uznaní medzi Gregorom XI a kráľom Wyclif ostro odsúdil 18 mylných mienok zakotvených v Pápežskej bule, za čo bol vyhodený do Lutterworthu. Svoje myšlienky hlásal tamjším roľníkom a podľa ľudovej povesti odtiaľ vyhnal všetkých kazateľov. Bud' Wyclif sám, alebo jeho nasledovníci začali s prekladom Biblie do angličtiny.

Ľudia, ktorí nasledovali Wyclifa sa nazývali lolardovia, podľa holandského výrazu pre pochybovačov, frílošov. Putovali Anglickom, aby hlásali akýsi prvotný druh komunizmu. V čase Rofnického povstania (1381) ich myšlienke prišlo mnoho ľudí. Z kázne kňaza Johna Balla, zaznamenaného francúzskym kronikárom Jeanom Froissartom, môžeme spoznať niektoré z jeho myšlienok:

"Ved' v Anglicku sa nemôžu vyvíjať dobre, ani sa nikdy nebudú, pokiaľ nebude všetko spoločné, pokiaľ budú poddaní a páni, pokiaľ nebudeme spolu spojení a pokiaľ budú lordi väčšími páni než my sami. Čím sme si to zasluhili, že sme takto zotročovaní? Všetci sme predsa potomkovia jedného otca a jednej matky, Adama a Evy. Aký dôvod nám môžu dať, aby dokázali, že sú väčšími páni než my, aby nás väznili a nútili dieť pre ich blahobyt?"

Jan Hus a táboriti

Na Wyclifovo učenie nadviazal i Ján Hus (1369-1415). Stalo sa to vďaka určitým priaznivým okolnostiam. V januári roku 1382 si kráľ Richard II vzal za ženu Annu Českú a českí intelektuáli sa dozvedeli o Wyclifovej kritike nominalizmu, ktorá im bola veľmi blízka. Medzi Čechami a Oxfordom sa vytvorili silné väzby. Českí študenti pôsobiaci na Oxforde nepochybne počuli Wyclifove prednášky a s jeho myšlienkami oboznamovali ľudí doma (napr. Jeremiáš Pražský). Záhadou zostáva, prečo nebol Wyclif počas svojho pôsobenia umlčaný.

V Čechách boli problémy medzi štátom a cirkvou podobné ako v Británii. Cirkevné autority sa k Čechám správali ako ku kolónii vhodnej na vykorisťovanie. Arcibiskupský úrad v Prahe pohltil pomocou dane z pôdy od roľníkov tretinu príjmov. Hnev sa stupňoval. V roku 1412 boli vyberačské pokladnice poná-

tierané výkalmi. Po Husovej poprave (6. júla 1415) národ povstal proti cirkvi. Po Jánovi Husovi bolo pomenované hnutie všeobecného odporu (husiti), ale toto bolo poväčšinou umiernené. Na revolucionárov sa lepšie vzťahuje pojem táboriti. Táboriti boli milénisti a boli pomenovaní po biblickej hore premeny (Matúš 28,16-20). Medzi ďalšie extrémne odnože hnutia patrili adamiti, ktorí odmietali obliekanie sa a nahí žili v lesoch, v roku 1421

*"Ľudská spoločnosť mala vždy vízió-
nárov, ktorí hovorili o láske, kráse,
mieri a rozmanitosti, ale akosi sa
vždy našlo viac "praktických ľudí", kto-
rí chválili smog ako známku pokroku,
považovali vojny za nevyhnutné, za-
kazovali lásku, zatiaľčo dávali voľný
priechod nenávisti."*

Paul Erlich

boli potlačené. Ďalšou odnožou boli Pikartovia, ktorí verili v Slobodného Ducha, pochádzali zrejme z Pikardie, odkiaľ utekali kvôli prenasledovaniu. Široká časť vzbúrenec-keho hnutia hlásala prvotný komunizmus a sexuálne oslobodenie sa.

Hus si voľne prepožičal Wyclifovo učenie, pričom stanoviská oboch predpovedali Reformáciu. Tieto putá medzi lolardami a husitmi vytrvali po dlhý čas. Táboriti sa búrili a v r. 1419 sa pokúsili o založenie náboženského spoločenstva bez súkromného vlastníctva, daní a ľudskej autority.

*"Nič nie je moje a nič nie je tvoje, lež všet-
ko v spoločenstve je rovnako vlastnené, tak
aby všetko bolo pre všetkých spoločné, nikto
nesmie mať nič súkromné a ak má, hreší smr-
telne."*

Kaminský

Časť svojich inšpirácií prebrali z Knihy skutkov, ktorá opisuje ako ranní kresťania zdieľali svoj spoločný majetok. Svojmu stredisku dali tiež biblické meno - Tábor. Bol to opevnený kopec asi 90 km južne od Prahy, popretkávaný obrannými tunelmi. Táboriti sa vojensky organizovali, mnohí z nich už pred tým bojovali vo vojnách iných národov. Ich vzbura dlho pokračovala. Pápež Martin V podnikol proti nim krížiacu výpravu a odsúdil ich v bule *"Omnium plasmatoris domini"* (1419).

Spoločnosť sa táboriti snažili o potravinovú výrobu na komunálnej základni, ale neuspeli. K autoritám mali nekompromisný postoj:

*"Všetci páni, šľachtici, rytieri budú stáť v le-
se ako zbojníci." Jan Čapek to vyjadril mier-
nejším spôsobom: "Všetci ľudia z horných vr-
stiev musia byť zvrhnutí a zosťati ako kusy dre-
va". Tvárou v tvár hrozbe krížiackej výpravy s
nemeckým, rakúskym a maďarským vojskom
sa oduševnenie ideálom menilo na praktický
záujem o boj. Nebola to žiadna vojna s džen-
tlemenskými pravidlami - zajatých táboritov po-
sielali do vyhľadávacích táborov. Táboriti po-
užívali obmené sedliacke vozy a tiež pušný
prach. Vedení Jánom Žižkom, čelili totalite*

okolitého sveta, ktorý stál proti nim, sa i oni postupne premenili na totalitu. Ako píše Fredy Perlman v diele *Against His-Story*: "V období veľkolepých víťazstiev Tábor ako spoločenstvo slobodných ľudských bytostí spáchal pomalú sebevraždu". Tábor sa sám premenil v totalitné spoločenstvo.

Prví vyobcovaní a vyvraždení boli adamiti. Dlhé roky trvajúci vojnový stav ako hniloba nahľadával toto hnutie. Nakoniec boli vojensky porazení, po tom čo umiernenější z nich prestúpili na druhú stranu. Spoločenské smery, ktoré predstavovali Wyclif, Hus a táboriti trvali naďalej a pôsobili v Reformácii i po nej. Vplyv umierneného krídla tohoto hnutia vedného Petrom Čelickým vytval stáročia. Čelický sa zdržal násilia a založil sektu, z ktorej neskôr vzišli Moravskí bratia.

Diggeri

V 17. storočí, v čase anglickej občianskej vojny a po nej sa skupiny ľudí bez majetku pokúsili vziať si nevyužívané statky a obrábať ich, hovoriac o pôde ako o "spoločnom poklade pre všetkých". Títo ľudia sa nazývali diggeri a ich myšlienky mohli oslobodiť ľudí a ušetriť ich neskoršieho živorienia, ale boli potlačené a umlčané. Najznámejšia usadlosť diggerov vznikla v roku 1649 na Kopci sv. Juraja neďaleko Waltonu nad Temzou. Táto usadlosť sa stala známou znovu v roku 1995, keď skupina s názvom "Zem je naša" protestovala na tom istom mieste, ktoré je teraz golfovým ihriskom. Podobné diggerské usadlosti boli na viac ako 27 miestach po celom Anglicku.

*"Právě a nepoškvemené náboženstvo hovorí
o tom, že každý môže v klude hnojiť svoju
zem."*

Winstanley

Gerard Winstanley započal na základe diggerských spoločenstiev učenie pomenované v knihách a letáčkoch ako "Právě rovnostárstvo" a "Nový zákon spravodlivosti". Podobne ako lolardovia, aj Winstanley použil náboženské pojmy, aby tak podporil myšlienky spravodlivosti.

*"Pokiaľ budú zákonníci nazývať zem svojím
majetkom, bežní ľudia nebudú mať nikdy svo-
ju slobodu a zem nebude nikdy zbavená ťaž-
kostí, útlaku a nepokojov, pretože takto je po-
rušovaná vôľa Stvoriteľa."*

Cromwell považoval diggerov za rozvracačov a nechal ich preto potlačiť. Ich úrodu fazule, pšenice, raže, paštrnaku a mrkvy rozdu-
pali a sadenice povýfhali vojaci a nakoniec usadlíkov napadli najatí hrdlorezi.

Ak porovnáme diggerov s táboritmi vidíme, že táboriti sa bojom dokázali obrániť pred štátom, ale neboli schopní dopestovať vlastné jedlo, a tak museli stravu vymáhať od okolitých vidiečanov. Diggeri, na druhej strane, dokázali pestovať svoje jedlo, ale zlyhali v schopnosti ubrániť sa štátu. Ak má teda sebestačné hnutie odporu uspieť, musí spĺňať obidve požiadavky.

(pokračovanie v budúcom čísle)

z článku Stephena Bootha, *Historical Examples*, preložil Jozef Lessay, spracoval Matúš Ritomský



Gándhího neúnávný zápas začal už po ukončení štúdia práv v Londýne. Skúsil, že farba pleti môže byť medzi ľuďmi a národmi neprekonečnou prekážkou a môže vyvolať povýšené pohrdanie a znižujúce utlačovanie.

Nebojoval len za oslobodenie a nezávislosť svojho národa, ale aj za oslobodenie a nezávislosť človeka vôbec.

Gándhího zbrane:

Pravda - satyagraha

Satyagraha je Gándhího nová forma boja - v boji za slobodu Indie, či oveľa viac v boji života. Satya znamená pravdu, agraaha znamená uchopenie či pevné držanie. Satyagraha teda znamená "neomylné pridržiavanie sa pravdy" alebo uchopenie pravdy, dôveru v pravdu alebo

"A hoci aj viac ako inokedy vidím, ako ďaleko som od cieľa, zostáva predsa zákon dokonalej Lásky a Pravdy zákonom môjho bytia. A každý mylný krok ma má povzbudiť len k ešte väčšiemu úsiliu."

heslovite "silu pravdy". Satya sa prakticky nedá preložiť: neznamena len pravdu, ale skôr pravdivosť, ktorú Gándhí pokladal za koreň všetkých cností, pretože v satya je skrytý sanskritský koreň sat (=pravé bytie). Pre Gándhího je Satya srdcom všetkých vecí - identická s Bohom. "Moje hľadanie ma v modlitbách priviedlo k poznaniu, že Boh je Pravda. Preto je Pravda mocnejšia ako každá moc sveta a žiaden iný prostriedok nedokáže to, čo zmôže Pravda."

Nejde tu teraz o to používať ostré intelektu ako zbraň namiesto brachiálneho fyzického násillia, ale o nasadenie Pravdy a Lásky, čize tých síl, ktoré pozdvíhajú človeka zo sveta džungle, v ktorom platí právo silnejšieho, do sveta ľudí. Pravá satyagraha je disciplína, ktorá vyžaduje zachovávanie pravdivosti nie v prvom rade od protivníka, ale predovšetkým vo vzťahu k sebe samému. Pravde a spravodlivosti na ceste do protivníkovho srdca nesmú prekážať žiadne násillie činy z našej strany.

Ako Gándhí vždy zdôrazňoval, nejde tu len o pasívny odpor, ktorý je zbraňou slabých, ktorí zatiaľ nedisponujú silnejšími zbraňami. Pasívny odporca neodmieta násillie z princípu, ale len takticky. Avšak satyagrahí rezignuje na násillie, pretože z násillia nikdy nemôže vzniknúť nič dobré. To nebránilo Gándhímu povedať, že tí, čo na násillie veria, by sa mali ďalej cvičiť v používaní zbraní: "Radšej by som videl, keby India slahla k zbraniam, aby bránila svoju česť, ako by mala zostať bezmocným svedkom svojho zneuctenia." Len tí, čo skutočne veria v silu pravdy, spoznajú, že nenásillie má nad násillím obrovskú prevahu, lebo sila človeka neprýšťa z jeho telesných schopností, ale z hlbokéj viery a nezlomnej vôle. "Neublížovanie" (ahimsa) je zbraňou udatného, lebo ahimsa vyžaduje silu a odvahu a nedovoľuje odplatu. "Meč možno stratiť, ale nie statočnosť, s ktorou človek zomiera bez toho, aby sám udelil." Ahimsa je protinásillie, nie v zmysle násillia proti násilliu, ale v tom, že násillie násillníka sa pripraví o účinok. Lebo čo zmôže násillie proti ľuďom, ktorí sa ničím nenechajú zastrašiť, pretože sa ničoho viac neboja; ani straty majetku, ani zdravia, slobody ani života? "Moj nepriateľ ma môže zabiť, rozdrviť, ak chce. V tom prípade získa moje bezduché telo, nie však moju poslušnosť. Nakoniec som potom víťaz ja, nie on, lebo jemu sa nepodaril pokus naložiť so mnou podľa

Mahátma Gándhí - Sila pravdy

Mahátma Gándhí (1869-1948) nebol žiaden "pacifista". Celý svoj život bojoval. Gándhího vlastné meno znie: Mohandás Karamčand Gándhí. Mohandás znamená "v službách lásky" (mohan-láska, dás-služba, služobník) a Karamčand znamená "nositeľ karmy". Tieto dve mená boli určujúce pre celý jeho život: pre jeho službu ľuďom a pre to, že osud svojej krajiny urobil svojim vlastným.

svojej vôle. Tak je satyagraha bojom, ktorý musí byť vybojovaný na viacerých rovinách: Odporu navonok predchádza odpor dovnútra - proti svojej vlastnej zbablosti a slabosti. Všetko, čo zatemňuje pravdu, musí zmiznúť. Pre lož, klam alebo čiru taktiku tu nie je žiadne miesto.

Modlitba

Najdôležitejším bojovým prostriedkom je pre Gándhího modlitba, ktorá prýšťa z čistej nevyhnutnosti: "Modlitba je taká nepostrádateľná pre dušu ako potrava pre telo. Vskutku potrava pre telo nie je ani taká potrebná ako modlitba pre dušu. Lebo pokiaľ je čisto potrebná na to, aby sa telo udržalo zdravé, avšak niečo ako pokiaľ modlitba neexistuje. Modlitba musí byť z čistého srdca, lásky a pokory. Forma modlitby ako taká nie je rozhodujúca - ale len jediná: "Nenechajte ducha blúdiť v dialke, zatiaľ čo perý drmolí vonkajšie formuľky." Tak sa Gándhímu z modlitby stáva nevyčerateľný rezervoár sily a prostriedok na očistenie srdca, ktorý nikdy nezlyhá.

Pôst

Tak ako sa z modlitby môže stať len čisto mechanický vonkajší prejav, môže sa aj z hladovky stať čisto mechanické nucasenie tela. Takéto mechanické cvičenia sú bezcenné, dôležitý je len duchovný pôst. Pravdaže aj mechanický pôst môže podporiť očistu organizmu, ale nebude pôsobiť na dušu. Pôst poskytuje príležitosť cvičiť vládu ducha nad telom. To je však možné len vtedy, keď je telesný pôst spojený so správnym duchovným postojom, duchovným pôstom: pôst je neúčinný, keď nie je sprevádzaný nepoľavujúcim úsilím o sebaovládanie. Lebo násillie a žiadostivosť môžu byť nakoniec prekonané len sebakázaním a dôverou v Boha. Diéta a pôst sú pritom len sprievodné podporné prostriedky. Gándhího pôst teda nie je žiaden hladovkový štrajk a nikdy sa ani nesmie chápať ako zjemnený nátlakový prostriedok "potrhliho" politika. Úmyslom a cieľom Gándhího pôstov vždy zostávajú len duchovná posila a očista samotné. Hladovka bola jeho odpoveďou aj na ozbrojené výstrelky na strane Indov - pokánie v zmysle očisty. Pôstom chcel Gándhí vyrovnáť a odpykať nepravosť: národ sa mal stať vnútornou disciplinovannejším a celé hnutie sa malo očistiť. "Kajúcnik sa spoľieha celkom na svojho Boha.

"Znova a znova pred nami uhýba cieľ, keď je už na dosah ruky. Čím väčší pokrok, tým väčšie poznanie našej nedokonalosti. Žadosťučinenie spočíva v úsilí, nie v dosiahnutí. Úsilie je najväčším víťazstvom. A hoci aj viac ako inokedy vidím, ako ďaleko som od cieľa, zostáva predsa zákon dokonalej Lásky a Pravdy zákonom môjho bytia. A každý mylný krok ma má povzbudiť len k ešte väčšiemu úsiliu."

Pokánie nepodniká ľahkovážne, nie v hneve a určite nie preto, aby dosiahol osobné výhody... A vždy sa predpokladá osobná čistota ako aj živá viera v pravdu a nenásillie. Očividne nezostáva pri takom pokáaní žiadne miesto pre nejakú citlivosť. Gándhí nikdy nehladoval z čirej politickej taktiky, ale vždy len na pokyn tichého vnútorného hlasu, "the still small voice".

Všetka táto sebadisciplína - alebo lepšie sebakontrola - nemá pre Gándhího žiadnu cenu sama osebe, ale len ako prostriedok k cieľu. Ide o to získať úplnú kontrolu nad myslením, rečou a konaním (=trojaka čistoť) tak, aby duch panoval nad telom. Je to oddanosť Bohu, náboženský úkon očistenia vnútra, aby Boh (Pravda) sama v ňom mohla vládnuť. Sebakontrola je pri satyagrahe osobitne dôležitá. Nereagovať na urážky hnevom a urážkami, na násillie násillím predpokladá ovládnuť vlastných pocitov. Len ten, kto sa naučil držať seba samého za každých okolností na uzde, zachová si nadhľad aj v kri-

"Ovládnuť sklony a túžby svojej vlastnej povahy je ťažšie ako ovládať svet silou zbraní."

tických momentoch. Podľa staroindickej múdrosti o sublimácii energií, ktorá hovorí, že energia, ktorá má byť vedená do určitého smeru, nemôže súčasne odtekať iným smerom, bolo Gándhímu naprosto jasné, že všetky energie sú v tomto boji pravdy (satyagraha) naliehavo potrebné a nesmú sa premárňovať na uspokojenie vášní. Gándhí hovoril: "Sebaaprekonanie je zákonom nášho bytia" a predsa mu pripadalo "stať sa pánom nad svojimi vlastnými sklonmi a túžbami ďaleko ťažšie ako dobytie sveta silou zbraní."

Náboženstvo a politika

Gándhí podnikol dobrodružný pokus spojiť náboženstvo a politiku do jedného celku. Lebo už vtedy boli náboženstvo a politika v Indii - ako aj všade inde - dve celkom protichodné veci. Tlak, vodca indického hnutia za oslobodenie až do roku 1920, politik v zvyčajnom zmysle slova, zvykol hovoriť, že politika nie je nič pre sádhuvov (zbožných mužov), lebo v politike je všetko dovolené. V tomto zmysle nie je Gándhí žiaden politik. Praktiky zaužívané v politike boli jeho čistému inštinktu a celej prirodzenosti proti srsti. A predsa bol povolaný na čelo svojho národa, aby rozhodujúcim spôsobom zasiahol do indickej politiky. Vždy, keď sa zlíša národná rada, musel rozhodovať o tom, čo urobiť, čoho sa vzdať a aký postoj zaujať vo vzťahu k Anglicku. "Čo sa týka môjho vodcovstva, je dané znútra. Nikdy som sa oň neusiloval, oveľa skôr mi pripadlo prirodzene ako výsledok verných služieb. Takýto druh vodcovstva môže človek rovnako málo odmietnuť alebo od seba odhodl' ako farbu vlastnej kože." Gándhímu teda nezostalo, ako sa sám vyjadriť, nič iné, ako bojoval proti hadoví politiky, hadovi, ktorý svojimi slučkami všetko ovíja. Vyslobodenie z toho je napriek najväčšiemu úsiliu sotva možné. Preto dúfal: "...že so sebou neprinášam žiadnu politiku, okrem politiky pravdy a nenásillia."

Mahátma

Gándhí nám ukázal úplnú jednotu učenia a života, myslenia a bytia. Jeho neuveriteľná sila koncentrácie - v myslení a konaní - niekoľkokrát znásobila silu tohto fyzicky slabého muža, takže sa stala silou mohutného veľtoku. Možno to ho urobilo mahátmom, veľkou dušou Indie. A predsa sám seba nikdy nevidel ako mahátmu, ale len ako na alpa-átmu (ako malého, slabého človeka), ktorý však hľadá pravdu. Išiel po ceste satyagrahy, na ktorej vidieť stopy len zriedkavo, pohľad nepretržite upretý do slnka Pravdy.

Barbara Friepfänger, Nová Akropolis



Ale čo s tým? Obvykle si povie-me, že s tým my nič nezmôžeme, to nezáleží od nás. V tom lepšom prípade sa rozhodneme niečo robiť. Začneme pôsobiť na ľudí okolo seba a snažíme sa ich zmeniť. Vnucujeme im svoju 'pravdu' o tom ako by mali žiť a čo by mali robiť. Nemali by jesť mäso, mali by produkovať menej odpadov, žiť ekologickjšie. Útočíme na prejavy rasizmu u skinheads, ale pritom tento problém je ďaleko širší a zložitejší. Vystupujeme proti vojne a násiliu, ale pritom aj v nás je často mnoho netolerance. Ťažko chápeme odlišné postoje iných ľudí a myslíme si, že sme niečo viac. Snažíme sa nasilu presvedčiť druhých o svojej pravde, o svojej vidine sveta a často spôsobíme akurát to, že sa ľudia voči nám uzavru. A ponúkame im ale vlastne nejakú alternatívu? Vieme že sme proti niečomu, ale tu to väčšinou končí. Máme problém zhodnúť sa na tom, čo vlastne chceme čo len s malým okruhom podobne zmýšľajúcich ľudí, nehovoriac o zvyšku populácie. A ako pôsobíme, čo z nás vyžaruje? Vychrlíme na druhých kopu faktov o tom, čo všetko je zlé a aké je to na figu. Často z nás ide hlavne zatrpknutosť, odpor a frustrácia. Toho pozitívneho je väčšinou omnoho menej.

Dobre, dobre už toho bolo dosť. Nemali to byť výčitky, skôr určité pozorovanie samého seba, ako aj ľudí v mojom okolí. Niekedy jednoducho prídu situácie keď si uvedomím, ako si o sebe namýšľam a vlastne nie som o nič lepší než tí, na ktorých by som chcel pôsobiť. Myslím, že skoro každý sa s tým stretol. Mal to byť ale hlavne určitý úvod k ďalšej úvahe, v ktorej sa pokúsim dostať hlbšie ku koreňom týchto problémov okolo nás (už zase ten negativizmus - zase problémy) a hľadať možnosti, ako ich riešiť. Možno k tomu pristupovať v podstate z dvoch strán. Na jednej strane to je práve ten postoj, že to čo sa oko mňa deje a čo sa mi v živote príhodi, viac menej nezávisí odo mňa. Vychádzať môže buď z materializmu, ktorý, silne zjednodušené povedané, hľadá, že vlastne celý vývoj vesmíru je výsledkom náhody a niet v ňom nejakého zmyslu. Človek je loďkou na rozbúrenom oceáne, od ktorého poriadne nevie, čo môže čakať. Samozrejme skúsený a šikovný námorník má väčšie šance na úspech, než neohrabaný nováčik, takže úplne to s tou odovzdanosťou do rúk náhody neplatí. Potom sa ale väčšinou uplatňuje 'zákon džungle' so všetkými následkami, ktoré môžeme vidieť okolo seba. Tento postoj ale takisto môže prameniť vo viere, že náš osud je plne v rukách božích. Vychádza z toho, že sme riadení nevyspytateľnou vôľou božou, ktorej nemôžeme rozumieť a ktorá určuje, extrémne vyjadrené, či sa narodíme ako slepý mrzák, alebo naopak ako 'dieťa šťastený'. V každom prípade oba tieto pohľady obvykle vedú ku pasívnemu prijímaniu osudu, obviňovaniu niekoho za príkoria nám spôsobené, alebo k už zmieneným snahám meniť druhých ľudí.

Je tu ale aj iný prístup. A ten tvrdí, že všetko čo sa nám v živote príhodi je len následkom našich vlastných predošlých myšlienok slov a činov. Čo sme zasiali, to sa nám aj vracia. A platí to ako pre jednotlivca, tak pre celé skupiny ľudí, národy, ľudstvo. Takže sme postihovaný nielen následkami našich vlastných činov, ale nesieme aj dôsledky nášho skupinového konania. Z toho vyplýva, že všetko, čo sa nám príhodi má určitú

Skutočná zmena je v nás

Častokrát nariekame aký je svet nespravodlivý, ako nám ľudia nerozumejú a sú "zlí". Zdá sa nám, že život sa s nami zahráva, nič sa nám nedarí, nemôžeme naplniť to čo chceme. Nepáči sa nám v akej spoločnosti žijeme, alebo akí sú ľudia okolo nás. Trápia nás vojny, alebo ničenie prírody. Nepáči sa nám konzumný život väčšiny ľudí, alebo vzájomná odcudzenosť, či dokonca nenávisť medzi ľuďmi.



Guru sa opýtal žiakov, ako sa pozná, že už skončila noc a začal sa deň.

Jeden súdil: "Keď v diaľke uvidíte zviera a spoznáte, či je to krava, alebo kôň."

"Nie", hovoril guru.

"Keď vidíte v diaľke strom a poznáte, či je to margóza, alebo mangrovovník."

"Zase spätne."

"Podľa čoho teda? boli zvedaví žiaci.

"Keď sa pozriete do tváre ktoréhokoľvek muža a spoznáte v ňom brata, keď sa pozriete do tváre ktorejkoľvek ženy a spoznáte v nej sestru. Keď sa vám to nepodarí, je stále noc, nech je slnko na nebi kdekokoľvek."

príčinu a zmysel. A nejde tu o nejaké treskanie, o zákon odplaty. Nejde ani tak o hriechy, ako skôr o dlhy, ktoré treba odčiniť. Ide o príležitosti, ako sa ďalej vyvíjať, zdokonaľovať sa, rásť. Len takto si môžeme uvedomiť, čo spôsobujeme a môžeme sa toho nabudúce vyvarovať. To však vyžaduje, aby sme sa zamýšľali nad dôsledkami svojho konania, aby sme na seba pracovali. Potom zrazu príde okamžik, keď už nebude treba, aby sme za nejaký čin zaplatili, alebo aspoň nie v takej miere. Zdokonalili sme sa totiž natoľko, že nabudúce by sme to už nevykonali a tak nie je treba, aby sa nám to vracalo. Tu prichádza milosť, ktorá je nad zákonom príčiny a následku. K nej sa však treba dopracovať vlastným úsilím, ale ona samotná už nezávisí od nás. Tou sme obdarovaní a nezostáva nám nič iné, než byť plný vďaky a lásky.

Podme však do každodenného života. Nie sú niekedy tie snahy meniť iných ľudí len útekom pred tým, aby sme zmenili seba? Je to často omnoho jednoduchšie. Sme plní vznešených ideálov ako zmeniť svet ale pritom si často nevieme rady s každodennými životnými situáciami (nech mi prepáči ten, ktorého sa to netýka - má svoju plnú úctu). Koľko konfliktov máme napríklad v rodine? A je to len chyba tých druhých? Dokážeme s kľudom reagovať na výčitky, alebo pocho-piť, čo druhého vedie k určitým postojom, aj keď s nimi nesúhlasíme? Alebo napríklad ak vidím skinheada, nereagovať na neho s nenávisťou a so strachom. To samozrejme neznamená schvaľovať jeho postoje, či byť ľahostajný k tomu, čo hľadá a koná. Ale svo-

jou nenávisťou to nevyriešime, ba práve naopak. Každá jedna myšlienka má silu a môže byť liečivá, alebo zraňovacia. A to jak toho, proti komu je namierená, tak aj jej tvorcu. A tak svojimi myšlienkami ešte viac zatvrdíme jeho srdce. Často sú to práve pocity menejcennosti a strachu, ktoré majú za následok, že sa niekto pridá ku skinom, ktorí mu dávajú pocit sily. Takže navonok neustupovať, ale vo vnútri najviac

pomôže súcitiť. Pokúšam sa o to už dlhšie a ide mi to už viac, ale stále ešte nie dostatočne. Hlavne tá prvá reakcia je vo mne hlboko zakorenená. Chce to určitý čas a snahu. A tak je to so všetkým. Ako ja jedným s ostatnými, tak aj oni jedným so mnou. Samozrejme môžu sa mi vracaj ešte moje dávne činy (nielen z tohoto života) a tak napriek tomu, že teraz sa už snažím neublížovať, mne je ešte ubližované. Lenže jediný spôsob ako zabrániť tomu, aby sa to dialo aj v budúcnosti je nezavdávať tomu príčinu. Prítom ale aj negatívne skúsenosti sú potrebné. Umožňujú nám totiž rásť a často nám dajú viac, než keby všetko klapalo tak ako sme si predstavovali. Pojem dobra a zla je totiž veľmi relatívny. Závisí od uhlu pohľadu. A je len na nás, koľko pozitívneho si odnesieme z nejakej 'zlej' skúsenosti. A len postupnou očistou našich myšlienok a citov, ktorá sa následne prejaví aj v našich slovách a činoch možno dosiahnuť skutočnej zmeny. Tu nepomôžu nejaké drogové výlety do iných dimenzií. Tie nanajvýš môžu ukázať, že jestvuje aj niečo iné než, to čo bežne vnímame a dať nám impulz do ďalšieho hľadania. Je však otázka, či to stojí za to riziko. Ale ak chceme dosiahnuť skutočného pokroku, nevyhneme sa tvrdej drine na sebe samom. A samozrejme aj zapoknutiam a fackám, keď odbočíme z cesty, alebo si začneme o sebe niečo namýšľať. Zrazu príde bežná situácia, ktorá nás naliežite uzemní a nezostáva nám nič iné než si uvedomiť, že vlastne nič neznamenať. Ale len takýmto úsilím možno znovu dosiahnuť kontakt s Tým čo nás presahuje a čo už pre našu duchovnú aj telesnú zanesenosť nie sme schopní vnímať. A tu je koreň a zároveň aj riešenie všetkých dnešných problémov. Len cez znovunadviazanie kontaktu s našou skutočnou prirodzenosťou, Tým nesmrteľným v našom vnútri, ale zároveň aj v ľuďoch okolo nás a vlastne vo všetkom, čo nás obklopuje nájdeme skutočné riešenie problémov sveta. A potom už ani nemusíme ľudí presvedčať o našej pravde. Bude (a niekedy už aj teraz je) ju z nás jednoducho cítiť a zrazu budeme sami prevrpení, ako sa ľudia okolo nás postupne začnú meniť. Zrazu začnú robiť to, za čo sa nám ešte nedávno smiali a pritom sme ich ani nemuseli nejakou presvedčať. Jedno darom, najlepšie je osobný príklad a určite viac ľudí uveria človeku vyrovnanému, ktorý vie čo chce a aj podľa toho žije (v rámci možností, lebo nikto nie sme dokonalí), než človeku negativistickému a zatrpknutému človeku poobliekanému od hlavy po päty v čiernom, snažiacemu sa vás silou mocou presvedčiť o svojej pravde.

Každý zodpovedáme v prvom rade za svoj život a za to, čo nás bezprostredne obklopuje. A mali by sme sa snažiť v prvom rade toto riešiť a až potom zasahovať do života širšieho okruhu ľudí. V konečnom dôsledku môžeme zmeniť len a len seba, ale tým zároveň meníme svet.

Ondro Végh



Myslenie a jeho používanie

Jedným z najnápadnejších zjavov dnešnej doby je všeobecné uznávanie myšlienkového sily, viera, že človek, užívajúc účelne sily, ktoré ho činia človekom, môže utvárať svoj charakter aj osud. V tom súhlasia všetky moderné názory s náboženskými náukami minulosti.

Človek bol stvorený myšlením, stojí v jednej svätej knihe indickej.

Ako zmýšľa v srdci, taký je, povedal múdry kráľ Izraela, keď varoval pred stykom so zlými ľuďmi.

Všetko, čo sme je plodom nášho myslenia, povedal Budha.

Ten, kto pozrel na ženu žiadosti, zvrheš s ňou už vo svojom srdci, vravel Kristus.

Myšlienka

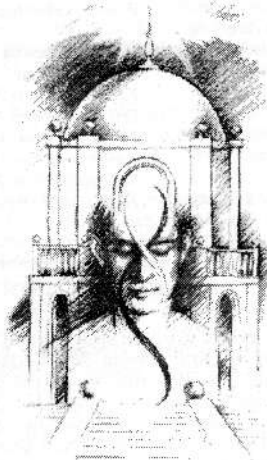
je otcom činu. Naša prirodzenosť je náchylná stelesniť plody nášho myslenia, čo tiež objavila moderná psychológia. Telo javí snahu uskutočniť dôsledok myslenia. Ak nachádza myšlienková sila všeobecné ocenenie, je zaiste veľmi dôležitá vedieť, ako túto schopnosť doviesť k najvyššiemu zdokonaleniu a ako ju používať, aby jej účinky boli čo najväčšie.

Toto možno docieľiť najlepšie meditovaním a jednou z najjednoduchších metód, ktorá má okrem toho výhodu, že každý môže na seba vyskúšať jej cenu. Skúmajúc svoj charakter, milý čitateľ, môžeš v ňom zaiste objaviť nejaký nedostatok. Ak je tomu tak, potom sa pýtaj samého seba, čo je opakom zmieneného nedostatku. Dajme tomu, že si popudlivý. Zvoľ si teda opak: Trpezlivosť. Keď si previedol voľbu, príkrôč k tomu: Usaď sa každé ráno pred odchodom a preberaj vo svojich myšlienkach danú cnosť. Premýšľaj o jej cene, kráse, o tom, ako by si ju prakticky dokazoval za okolností sebaobťažnejších. Vezmi každý deň jednu časť, sústreď sa na ňu, ako len môžeš, zavolaj svojho ducha späť, keď sa stáva roztržitým, predstav si seba samého dokonale trpezlivého, ako vzor trpezlivosti a nakoniec si sľúb: "Túto trpezlivosť, tvoriacu moje pravé Ja, chcem dnes tiež pociťovať a ešte ľahko dokazovať." V priebehu prvých dní nezbadáš pravdepodobne žiadne zmeny. A tak stále ešte popudlivý, budeš tiež prejavovať svoju podráždenosť. Ale kráčaj každé ráno neustále vpred. Naraz, keď si povedal niečo popudlivé, bude sa drať do tvojho mozgu myšlienka: "Mal som byť trpezlivý". Čoskoro bude myšlienka na trpezlivosť vznikať súčasne s podnetom dráždiacim a ty budeš môcť týmto spôsobom v pravý čas

potlačiť výbuch svojej popudlivosti. Dráždiace podnety budú postupne stále viac slabnúť a naraz zistíš, že tvoja popudlivosť celkom zmizla. Trpezlivosť zaujala jej miesto a stala sa tvojim normálnym pocitom. To je pokus, ktorý môže každý sám na seba vyskúšať a sám seba tak spomenutý zákon dokázať. Ak to dokázal raz, môže tak činiť ďalej a vypestovať podobným spôsobom cnosť za cnosťou, až v sebe vytvorí silou myslenia ideálny charakter.

Inokedy môžeme opäť použiť túto silu, ak chceme pomôcť nejakej dobrej veci, vysielaním dobrých myšlienok: Pomôcť priateľom v ťažkostiach vysielaním utešujúcich myšlienok. Inému, ktorý hľadá pravdu, možno pomôcť vysielaním jas-

**Čo človek myslí, tým sa stáva.
Preto myslí na večné.**



ných a určitých myšlienok, znázorňujúcich pravdu, ktoré sme poznali. Môžeš vysieľať do mentálnej sféry myšlienky, ktorými budú vnímať osoby povznášané, očisťované a inšpirované. Môžeš posieľať ochranné myšlienky, ktoré sa stanú ochrannými anjelmi tých, ktorých miluješ. Pravé myslenie je prameňom, ktorý žiari ako vodotrysk lahodnej vody.

Ale nesmieme zabúdať na rub tohoto krásneho obrazu. Nesprávne myslenie

prináša práve tak rýchlo zlo, ako správne myslenie dobro. Myšlienkou možno rovnako dobre zraňovať, ako liečiť, nielen tešíť, ale i trápiť. Zlé myšlienky, vysielané do mentálnej sféry otrávia myseľ pre ne vnímať. Myšlienky hnevu a pomsty prepožičávajú silu vražednej rane. Myšlienky, ktoré činia druhému krivdu, brúšia jazyk na nactľufhanie a ostria šipy, ktoré sú potom vrhané na úbohú obeť. Mozog, navyknutý na zlé myšlienky sa chová voči podobným myšlienkam iných ako magnet a zosilňuje tak pôvodné zlo. Od zlého myslenia je potom len kúsok k zlému činu a nečisté predstavy pučia k uskutočneniu toho, čo predstavujú.

**Čo človek myslí,
tým sa stáva.**

Tento zákon platí pre myšlienky zlé i dobré. Okrem toho stálym pretrváváním pri zlých myšlienkach mizne pomaly k nim odpor a tvorca myšlienky je nutkaný spáchať čin, ktorý tieto myšlienky prejavuje.

To je zákon myslenia a jeho sila.

**Šťastný, kto ho zná
a ním sa riadi."**

Anna Besantová

Milí naviac

Ak sa pozriete na to, z čoho sa skladáte a ako to funguje, zistíte, že máte v hlave celý program, sústavu príkazov, ktoré majú v sebe zakotvené, aký by mal náš svet byť, akí máte byť vy a čo máte chcieť.

Kto za ten program nesie zodpovednosť? Vy nie. Neboli ste to vy, kto rozhodoval o tom, čo budete chcieť, po čom budete túžiť a čo potrebujete, kto rozhodoval o vašich hodnotách, vkuse, prístupoch k veciam. Všetky tieto riadiace pokyny do vašich počítačov vpísali rodičia, spoločnosť, kultúra, náboženstvo a doteraz nadobudnuté skúsenosti. A nech ste ste akokoľvek starí a nech idete kdekkoľvek, ten počítač ide s vami, je v chode, celý deň všetko riadi, v každom bdelom okamžiku, pričom neobdobyne trvá na tom, aby ste to, čo požadujete, vy i ostatní plnili. Keď je to splnené, počítač vám dovolí chvíľku kľudu a uspokojenia. Keď to splnené nie je, aj keď nie vašou vinou, počítač vo vás vzbudí záporné pocity, ktoré vám prinášajú utrpenie.

Keď napríklad ľudia nerobia to, čo od nich váš počítač očakáva, mučí vás sklamaním, hnevom a zlobou. Ďalší príklad: Keď nemáte veci pod kontrolou, alebo je vaša budúcnosť neistá, počítač vás prinúti prežívať úzkosť, napätie a strach. A vy musíte vyvinúť množstvo úsilia, aby ste tieto negatívne emócie zvládli. A vyvíjaním úsilia sa tiež snažíte zmeniť svet okolo vás tak, aby mal váš počítač všetko okolo seba tak ako žiada. Ak sa vám to podarí, odmení vás istou mierou neistého kľudu, neistého, pretože čoskoro bude opäť nejaká maličkosť (oneskorený vlak, nefungujúci magnetofón, dopis, ktorý neprichádza - čokoľvek) v rozpore s vašim naprogramovaním a počítač vás prinúti znovu sa rozčúliť.

A tak je váš život priamo žalostný, neustále ste v niekoho moci a na niečom závisíte a urputne sa snažíte vo všetkom vyhovieť požiadavku počítača, len aby ste vychutnali jediný kľud, ktorý ste kedy poznali - dočasný odklad negatívnych emócií, prejav láskavosti vášho počítača.

Dá sa z toho vysúpiť? Dá. Asi sa vám nepodarí zmeniť naprogramovanie rýchlo, možno sa to nepodarí vôbec. Ale nie je toho treba. Skúste toto: Predstavte si, že ste strelili nejakého nepríjemného človeka, alebo ste v nejakej nepríjemnej situácii, ktorej by ste sa normálne radšej vyhli. Všimnite si, ako sa váš počítač inštinkívne spúšťa a začne vás nútiť, aby ste sa tej situácii vyhli, alebo sa ju pokúsili zmeniť. A keď v nej zostanete a odmietnete ju meniť, sledujte, ako počítač nedá inak, než že na vás zošle podráždenie, úzkosť, vinu, alebo niečo podobné. Nelúčte sa ešte s tou nepríjemnou situáciou, či človekom, predstavujte si ich ďalej, pokým si neuvedomíte, že to nie sú oni, kto vám tie záporné pocity spôsobuje. Oni sú len takí, akí sú, idú svojím smerom a robia si svoje veci, nech už správne, či nesprávne, dobré, či zlé. To váš počítač vás, vďaka vášmu naprogramovaniu núti mať záporné pocity. Uvidíte to zreteľnejšie ak si predstavíte, že človek s iným naprogramovaním by v tej istej situácii, či tvárou v tvár tej istej osobe reagoval úplne kľudne, dokonca i radostne. Neprestávajte, pokým si neuvedomíte túto pravdu: Jediný dôvod prečo vy nereagujete kľudne a radostne je, že váš počítač, ktorý tvrdohlavo trvá na to, že skutočnosť musí byť pretvorená k obrazu jeho programu. To všetko zazrite zvonka a sledujte tú nádhernú zmenu, ktorá sa uskutoční vo vnútri, vo vás.

Ako ste už raz túto pravdu spoznali a zastavili tak vášmu počítaču výrobu záporných pocitov, môžete robiť, čokoľvek vyhnúť, alebo sa ich môžete pokúsiť zmeniť, alebo môžete trvať na tom, aby boli vaše práva, či práva druhých rešpektované. Môžete dokonca siahnuť k násiliu. Ale len vtedy, až sa zbavíte svojich obmedzujúcich emócií, lebo potom bude vaše jednanie vychádzať z miery a lásky, a nie z neurotického nutkania vyhovieť vášmu počítaču, či byť v zhode s jeho programom, či sa zbaviť tých pocitov, ktoré vo vás vytvára. Potom poznáte aká je múdrosť týchto slov: "Ak sa chce niekto domáhať vašej košeľe, dajte mu aj svoj plášť, ak vás niekto núti prejsť milú, prejdite s ním dve." Pretože už vám bude jasné, že skutočný útlak neprichádza od ľudí, ktorí sa s vami dohadujú na súde, či moci, ktorá vás núti k otrockej práci, ale od vášho počítača, ktorý programovo ničí vašu myseľ, akonáhle okolité podmienky nevyhovujú jeho požiadavkám. Vie sa, že niektorí ľudia boli šťastní aj v koncentračnom tábore.

Potrebuje sa oslobodiť z ostatných drôtov vlastného naprogramovania. Jediné nutkanie okúsite tu vnútornú slobodu, z ktorej jedine môže vzniknúť sociálna revolúcia, lebo vaše, ktorá sa vo vašom srdci zrodí pri pohľade na sociálne zlo a doženie vás k činu, bude mať už korene v skutočnosti, nie vo vašom programe, či vo vašom egu.

z knihy A. de Mello: Cesta k láske



REAKCIE NA PREDOSLÉ ČÍSLO

Milí ľudkovia z Kruhu života,

k vášmu časopisu som sa dostala minulý týždeň v poradní fóra zdravej výživy. Preštudovala som ho celý na jeden dych a veľmi Vám ďakujem - pomohli ste mi po dlhšom čase znovu sa vymotať z bláznivého kolotoča božného života v našej spoločnosti. Čítam sa Vašou spriaznenou dušou.

Volám sa Silvia Griecová, vyštudovala som lesné inžinierstvo vo Zvolene, robila som na KÚ v Trnave na odbore lesného hospodárstva, momentálne zijem v Galante s manželom a našim dieťaťom - som na materskej.

O "slobodný život v súlade s prírodou" som sa snažila už od svojich pubertálnych rokov, ale z nedostatku vedomostí, vytrvalosti a podobne som rezignovala. V poslednej dobe som našla niekoľko "spriaznených duší" a Vy ste mi poskytli ten správny impulz - takže začínam znovu!

A teraz moje reakcie na prečítané:

Článok "Dobrovoľná skromnosť a prirodzený život v meste" mi je veľmi blízky - rovnako ako Gazdíkovi, ani my nevlastníme auto, ani televízor, triedime odpad, stravujeme sa vegetariánsky - nevarujeme, živou potravou. Na rozdiel od nich však cítim, že život v meste je určitou stratou oproti vidieku, hlavne pre nedostatok kontaktu s prírodou. Najmä kvôli synovi by som rada zmenila mesto za osadu (dedinu) v blízkosti lesa. Chodím denne na prechádzky a je mi veľmi ľúto, že stále vidím len autá, odpady, v parku ani na ulici ho nemôžem pustiť behať po trávě kvôli črepom. Rovnako ma znepokojuje naša závislosť na tomto štáte - musíme si potraviny kupovať, potrebujeme peniaze (síce nie veľa, ale predsa len) - ja dostávam od štátu, manžel je otrok mzdy - cestuje za prácou 50 km.

Ale zdá sa mi, že nejaká nádej nám už svitá!

K článku Bylinky na str. 14 by som rada doplnila jeden spôsob použitia liečivých rastlín - Ondro vôbec nespomína MACERÁT - výluh za studena. Mý si doma denne pripravujeme týmto spôsobom zhlavu - večer dáme do 7 dcl pohára za hrsť sušenej vňate, zalejeme studenou vodou a ráno po scedení mám výborný nápoj.

Ďalej si takto robíme šípkovicu: rozdrvené šípky (sušené) nasypať (1 lyžicu) do 7 dcl, zaliať studenou vodou - po 5 hodinách máme osviežujúci nápoj. Odkúšané mám aj jahodové listy a kvety a vňať slezu. Na macerát stačí 1/2 dávka z množstva odporúčaného na nálev.

V článku Minimalistická záhrada (2) na str. 7 - Profily rastlín sa mi zdá vhodné k jedlým kvetom (Kapucínka, Nechtík, Fialka) doplniť ešte PÚPAVU a SEDMOKRÁSKU. Chufovo nemajú chybu, sú sladké, a človek sa cíti (aspoň ja) tak povznesené, keď je kvety - akoby to čistilo myšlienky.

Teším sa na ďalšie inšpirujúce čísla Vášho časopisu, veľa zdraru a ľudského pochopenia Vám želá

Silvia Griecová

Pueblo 2000

je aktivita Československej anarchistickej federácie, ktorej základnou myšlienkou je je vytvorenie anarchistickej komunity fungujúcej na základe voľnej dohody a trvalo udržateľného života. Cieľom je zhromaždiť finančné prostriedky, za ktoré bude zaujímavý pozemok v lokalite stredná Morava, na ktorom sa vybuduje priestor pre slobodnejší život v súlade s prírodou. Každý koho tento projekt zaujíma získava viac informácií na adrese:

ČSAF Morava, P.O.Box 169, 796 40 Prostějov, ČR

Anarchistický letný tábor v Nemecku

Od 30. júla do 8. augusta 1999 bude prebiehať anarchistický letný tábor neďaleko Hannoveru. Cieľom tábora bude výmena myšlienok, ideí, informácií a skúseností na rôzne témy a oblasti medzi rôznorodými skupinami ľudí z anarchistického hnutia. Samozrejme popri tom všetkom ostane dosť času na užívanie letných radostí. Skupina organizujúca tábor pripraví niekoľko workshopov na tému EXPO 2000 v Hannoveri - kapitalistická výstava bohatých, ďalšie aktivity budú závisieť na Fantázii a Kreativite zúčastnených ľudí a skupín.

Blížšie informácie môžete získať na adrese:

A - Camp - Vorbereitungsgruppe, c/o Okoscouts, Madamenweg 168 38118 Braunschweig, Germany
email: a-camp@gmx.de

Knihkupectvo GUMP

Koncom roku 98 bolo v centre Bratislavy otvorené nové knihkupectvo s názvom GUMP. Okrem ponuky kvalitných kníh, posedenia spojeného s možnosťou čítania dennej tlačie a malého občerstvenia môžete v Gumpke zohnať aj viacero zaujímavých časopisov a tlačovín, ktoré nie sú na iných miestach bežne k dispozícii. V Gumpke môžete zakúpiť napríklad noviny odporu Konfrontace, anarchistickú revue Existence, autonómny spravodaj Rudé Právo, ekologický časopis Alternativa a ďalšie zaujímavé časopisy. No a aby som nezabudol, v Gumpke môžete zohnať aj Kruh Života. Takže ak ste to ešte neurobili, neváhajte navštíviť toto sympatické knihkupectvo, nachádzajúce sa v podzemných priestoroch na Heydukovej ulici č.9.

ČAJÍČEK KLUB v Modre

V jednom z dvorov na hlavnom námestí v Modre môžete nájsť sympatickú čajovňu Čajíček klub. Ak sa rozhodnete navštíviť ju, zídete po schodoch do pivničných priestorov, v ktorých nájdete útulné miesto na posedenie, vypitie niektorého z výborných čajov, prečítanie si ekologických, voľnomyslienkových, prírodne orientovaných, anarchistických a iných tlačovín, kníh, ktoré sú k dispozícii (okrem iného tu opäť môžete nájsť aj Kruh Života), či pobavenie sa s priateľmi pri príjemnej hudbe. V čajovni prebiehajú tiež rôzne akcie - prednášky, posedenia, párty. O tom, že čajovňa je naozaj príjemné miesto svedčí aj to, že je často navštevovaná nielen ľuďmi z Modry ale aj z okolitých dedín a miest vrátane Bratislavy.

Viac informácií na adrese: Čajíček klub, Štúrova 84, 900 01 Modra

ZELENÁ DISTRIBÚCE

Na svete je nový zoznam Zelené distribúcie, opäť bohatší o nové materiály a produkty. Zelená distribúcia má najrozsiahlšiu ponuku časopisov, kníh, brožúrok, informácií ale aj video a audio kaziet, tričiek, nášiviek, samolepiek a ďalších produktov, ktoré majú niečo do činenia s vecami ako sebestačný život, permakultúra, hlbinná ekológia, ekofilozofia, radikálna ekológia, anti-automobilizmus, ľudské práva, anarchizmus, komunity, ženské hnutia, vegánstvo, prirodzená strava, práva zvierat atď. Rozsiahly zoznam možno získať na adrese Zelené distribúcie (za známky v hodnote 10 Kč/12 SK - na poštu a kopírovanie) alebo na adrese redakcie Kruhu Života. Objednávky vybavuje priamo Rosťa (adresa nižšie), objednávať je možné aj zo Slovenska.

Zelená distribúcia, Rosťa S., P.O.Box 22, 544 01 Dvůr Králové n.L., ČR

ČIERNA DISTRIBÚCIA

Distribúcia materiálov eko, anarcho, syndikalizmus, Earth First!, D.I.Y., antifa, permakultúra, alternatívy, MC, plagáty, letáky, nálepky, pohľadnice, nášivky. Kompletný zoznam za 4 SK známku.

Čierna distribúcia, Bohuš H.,
Pošte restante, 962 63 Pliešovce

Ďalšie miesta kde možno kúpiť

Kruh Života:

Knihkupectvo Art Fórum, Bratislava
Knihkupectvo Ariadna, Bratislava
Knihkupectvo Čierny orol, Trnava
Knihkupectvo Christína, Poprad
Knihkupectvo Radosť, Bardejov
Antikvariát, Spišská Nová Ves

Pomôžte pri propagácii Kruhu Života

Keďže našim cieľom pri vydávaní Kruhu Života je osloviť čo najširší a najroznorodnejší okruh ľudí, snažíme sa dať o sebe vedieť rôznymi spôsobmi aj ľuďom mimo určitý okruh spriaznených duší, medzi ktorými sa Kruh Života šíri. Keďže nemáme finančné prostriedky na nejakú veľkú reklamu a nemôžeme si ani dovoliť šíriť Kruh Života prostredníctvom oficiálnych distribučných spoločností (vzhľadom na nekomerčný charakter nášho časopisu by to bolo finančne neúnosné a neefektívne), snažíme sa tento problém riešiť rôznymi spôsobmi - časopis s pomocou niekoľkých priateľov (medzi ktorých môžete patriť aj vy) dávame do sympatických knihkupectiev, čajovní a predajní, kde sú ochotní ich predávať (informácia o niekoľkých z nich je nižšie), poprosili sme o uverejnenie informácií o Kruhu Života a možnostiach jeho predplatenia v niekoľkých časopisoch a novinách s vyšším nákladom (zatiaľ nám pomohli - časopis Fénix, týždenník Mosty, časopis Orientácia, za čo im patrí naša vďaka), no a ďalším spôsobom je vydanie propagačného plagátu Kruhu Života, ktorý by sme radi umiestnili na miesta kde sa s informáciou o Kruhu Života môže stretnúť čo najviac ľudí (internáty, školy, knihkupectvá, čajovne, kluby, čakárne atď.). Každý kto by nám v tom chcel pomôcť môže napísať na našu adresu a vyžiadať si potrebný počet plagátov, ktoré môže rozmiestniť. Plagát je formátu A4 a obsahuje základné informácie o zameraní a obsahu Kruhu Života a možnosti ako sa k nemu dostať. Za pomoc vopred ďakujeme.

Benefičné trička pre Kruh Života

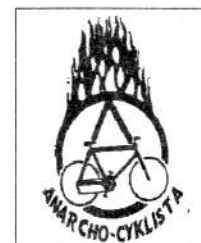
Ako sme informovali v minulom čísle distribúcia -thunderground- ponúka trička benefičné pre Kruh Života. Ide o štyri motívy (viz. obrázky), cena každého je 150 SK, okrem



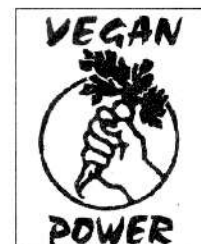
SLUŽIŠ SMRTI!



AK HO VZMEŠ DO SVOJICH RÚK



NAOZAJ SLOBODU?





Prvá súkromná rezervácia na Slovensku

Na les v Čergovskom pohorí sa zatiaľ vyzbieralo okolo 1 120 000 Sk. Treba ešte zozbierať zvyšok do 3,2 milióna korún. Takže vyzývame ľudí na všetky živé bytosti, aby sa pripojili k tejto parádnej akcii na záchranu prirodzeného jedľovo-bukového lesa na východnom Slovensku a pomohli svojim príspevkom - kúpou jedného stromu symbolickej ceny 1000,-Sk. Kto si takýto strom kúpi, ponechá ho na jeho pôvodnom mieste, kde rastie. Ani Vici, ani nikto iný ho z pralesa nezoberie preč.

Dobrou novinou je, že jedna rodina darovala Vlkom 37 hektárový les v Strážovskom pohorí. Ide prevažne o bukový porast. Takisto tento les sa stane súkromnou rezerváciou a nebude sa v ňom ťažiť.

Peniaze na stromy, knižky z vydavateľstva Abies, letáky môžete poslať, prípadne získať informácie o brigádach, prednáškach, odpadoch, lesoch, hlbinej ekológii na adrese: **VLK, Tučiek 27, 082 13**

Pôvodný kruh

"Pôvodný kruh - slovenské spoločenstvo prírodného - prirodzeného vedomia a pôvodnej viery" je názov voľného spoločenstva ľudí, ktorí chcú zachovávať a rozvíjať pôvodné prírodné učenie starých Slovanov, Sloveniek a Slovákov v spolupráci s inými prírodnými učeními sveta a všetkými aktivitami, ktoré sa usilujú o záchranu prírody a prirodzeného duchovna na Matke Zemi. Pôvodný kruh organizuje večerné stretnutia otvorené pre všetkých záujemcov, ktorých náplňou sú prednášky a debaty, ako aj rôzne praktické cvičenia: meditačná hra na slovenskú bezdievkovú píšťalu - koncovku, hra na fujaru, staroslovenské bubny - doby, dychové cvičenia, spevy, vedecké tance (polybové rozjímání), ovládanie telových prameňov živý a podobne. Blíže informácie o stretnutiach (zatiaľ sa konajú v Trnave a Bratislave, plánujú sa Košice a ďalšie mestá), činnosti Pôvodného kruhu, časopise Slovenská Runa, možnosti zapísania hudobných nástrojov, kníh a náhrávk ziskate na adrese:

Oľga Dubovská, Hlboká 26, 917 00 Trnava

Znižujeme odpady - chránime prírodné zdroje

Je názov kampane Spoločnosti priateľov Zeme a ďalších ekologických skupín, ktorej cieľom je prijať ekologicky i ekonomicky prospešného zákona o odpadoch. Kampani je cieľná na poslancov Národnej rady SR, na vyvinutie potrebného tlaku prebieha zbieranie podpisov pod petíciu Za dobrý zákon o odpadoch a posielanie pohľadníc s predtlačnými požiadavkami adresovanými poslancom Národnej rady SR. Viac informácií, list faktov, petície a predtlačné pohľadnice môžete získať na adrese:

Spoločnosť priateľov Zeme, P.O.Box H 39, 040 01 Košice

Stoka - divadlo

Ak máte chuť navštíviť ne tradičné (alternatívne ?) divadlo a za 50 korún (vstupné) sa veľmi dobre pobaviť a možno aj zamyslieť, odporúčam divadlo Stoka nachádzajúce sa neďaleko Safárikovho námestia v Bratislave. Ekologicky orientovaných ľudí možno priláka hra Dno, ktorá je podľa úpitavky o tom ako sa dnešný svet mení na "McWorld". Všetci ktorí túto hru videli sice vedia, že myšlienku si z nej môže každý vziať takú akú sám chce (to že sa nasmieje je ale zaručené), no leták, ktorý sa k tejto hre predáva obsahuje každopádne zaujímavý citát, ktorý stojí za uverenie:

"Nebezpečný je džihád, lebo je brutálny, reakčný, stavia na násilí, dokonca na terorizme (...) Ale z hľadiska dlhšej perspektívy je McWorld určite nebezpečnejší, pretože nepôsobí hroziivo, je výhodný, odvoláva sa na ideológiu slobody, na slobodu konzumu, "demokratický" trh, na našu ľudskú prirodzenosť. Počítava sa to dobre, ale výsledkom je zamatová tyranía.

Politická tyranía je dobre viditeľná. Ľudia vedia, že sú pod kontrolou, že sa im všeličo odopiera, všeličo prikazuje, ale môžu sa proti tomu postaviť. Zamatová, nežná tyranía je neviditeľná. Väčšinou jej podľahujeme nevedomky. Neboli. Naopak, McWorld je schopný poskytnúť veľa rozkoší.

Benjamin R. Barber, americký politológ

Aktivity Slobody zvierat

Sloboda Zvierat robí každú sobotu v Bratislave rôzne informačné akcie (napríklad stánie pred kožušníkmi, informačné stánky atď.). Všetci ľudia, ktorí by sa chceli zúčastniť a pomôcť sú vítaní (info na dole uvedenom čísle).

Na najbližšie obdobie pripravuje Sloboda Zvierat aktivity proti bratislavskej ZOO (apríl-máj), aktivity na podporu vybudovania útulku a na protest proti prístupu mestskej a štátnej správy k tomuto problému (pripravuje sa demonštrácia na primacionálnom námestí pred magistrátom - asi v priebehu apríla), na veľkú noc sa budú konať akcie, ktorých cieľom bude pripomenúť etický rozmer týchto sviatkov a vyzvať k úcte a rešpektu k životu. Stále prebieha petícia Čas pre zmenu a súcť, na ktorú sa podpísalo už viac ako 110 tisíc ľudí.

Sloboda zvierat hľadá ľudí, ktorí by sa chceli aktívne zapojiť do jej aktivít, či už ako členovia akčného tímu, ako výskumníci, či dobrovoľníci pre pomoc na útulku (útulok má nové telefónne číslo - 16 187).

Blíže informácie o presnom dátume a mieste akcií, možnostiach ako pomôcť a všetkých aktivitách Slobody zvierat sa môžete dozvedieť na t.č. 659 56 202

Na internete môžete aktuálne informácie získať na adrese **Sloboda zvierat@list.changenet.sk**

Rudé právo č.3

Rudé právo je časopis, ktorý spája články, úvahy a informácie prinášajúce antiautoritársky a anarchistický pohľad na svet s článkami zaoberajúcimi sa punkovou kultúrou, kapelami a koncertami a hudobnými nosičmi. Je tvorený prevažne ľuďmi z anarchopunkovej scény a myslím, že dokáže oslovit najmä ľudí z tejto scény. Kvalita časopisu sa každým číslom zlepšuje a trojka je na česko-slovenské pomery po grafickej, ale aj obsahovej stránke na výbornej úrovni. Správy zo sveta, z domova, úvahy na témy ako chudoba, kauza Markiza, parlamentné voľby, globalizácia, rozhovory: Subcom, Marcos z EZLN, Steve Ignorant (ex-Crass), E.Bondym, Voľným združením a kapelou Detestation, reportáže z koncertov a akcií, recenzie muziky a tlačovín, polemiky, komix...Stojí za prečítanie.

32 strán A4, 10 sk. Kontakt: **ZáSAH, Č.A.31, Samorín, 931 01**

Konfrontace č.4 a č.5

Konfrontace pravidelne každé dva mesiace prináša čitateľom na stránkach novinového formátu správy, informácie a články zaoberajúce negatívnymi prejavmi a dopadmi súčasného usporiadania spoločnosti, kritikou kapitalizmu a všetkých autoritatívnych režimov, aktivitami, úspechmi a perspektívou hnutia odporu a možnosťami lepšieho usporiadania spoločnosti. Správy z domova, zo sveta, v každom čísle jedna hlavná téma (v čísle 4 sú to masmédiá a manipulácia s informáciami, v čísle 5 protidrogová politika štátu a nezmyselnosť represii v tejto oblasti), rozhovory, tlačové správy, úvahy. Konfrontace je jedinečná tlačovina, ktorú môžete vrele doporučiť.

8 strán formátu A3, 10 Kč/Sk
Kontakt: **Konfrontace P.O.Box 176, Praha, 110 01**

Na Slovensku Konfrontaci distribuuje **Infoshop Zaježová (kontakt vedľa)**

Existence č.4

Štvrté číslo Existence sa zhoduje s mojimi predstavami o tom, ako by mal vyzerať dobrý anarchistický časopis, ktorý môže inšpirovať a informovať nielen ľudí z anarchistického hnutia, ale oslovit aj tých, ktorí o tom, čo to je anarchizmus nemajú úplnú predstavu. Kvalitná grafika, kvalitný obsah, informácie z domova, zo sveta, rozhovor s bieloruskými anarchistami, články z histórie anarchistického hnutia, feminizmus - mužská a ženská erotika, článok o diskriminácii žien v ČR, článok Poľsko na pokraji sociálnej revolúcie (o situácii v Poľsku začiatkom 80 tých rokov), článok o Kurdistaně, názory a polemiky (čo chcú zelení anarchisti?), kultúrno-literárni kútky a hlavne téma čísla: bývanie (Bývanie po česky, Squatting, rozhovor s squaterom, Megamesta - útočisko chudobných a ďalšie články. Každému kto sa zaujíma o anarchizmus môžem iba doporučiť.

40 strán A4, 25Kč/30Sk
Kontakt: **Existence, P.O.Box 223, 111 21 Praha**

Na Slovensku distribuuje **Infoshop Zaježová**

Univerzum - január 1999

Nové číslo ekologického časopisu vydávaného združením Za Matku Zem opäť prináša informácie o ekologických akciách a aktivitách, ktoré sa udiali za posledné mesiace na Slovensku, články zaoberajúce sa výsledkom parlamentných volieb, ďalej tradičné články o jadrovej energetike ako aj o alternatívnych zdrojoch energie, informácie zo sveta, o okupovanom Tibete, analýza povodní v povodí Malej Sviniky a ďalšie informácie týkajúce sa problémov životného prostredia a porušovania ľudských práv.

V prípade záujmu získať Univerzum napíšte na adresu:

Za Matku Zem, P.O.Box 93, 814 99 Bratislava

recenzoval **Matúš Ritomský**



Fénix č.1

Časopis s podnadpisom "život a poznanie na prahu tretieho tisícročia" sa zameriava najmä na duchovné témy, filozofické a náboženské otázky, ale aj na oblasť zdravého a prirodzeného životného štýlu. Nájdete v ňom napríklad pokračovanie seriálu o permakultúre, tentoraz na tému LETS, Biozáhrada na jar, Aromaterapia, Filozofická náuka P. T. de Chardina, D. Foreman: V čase krízy, Taoizmus a meditačné cykly, Sezónna strava a iné. Naozaj kvalitný časopis, ktorý sa v poslednom čase začal zameriavať aj na podporu ekologických a alternatívnych aktivít.

54 strán A4, 28 Sk, **Fénix, Homolova 27, 841 02 Bratislava**

Baraka č.5

Síce drahší, ale naozaj kvalitný časopis. A vzhľadom na rozsah 80 strán nie je tá cena až tak vysoká. Zaoberá sa duchovnými cestami, ale pritom sa zameriava aj na vedecké výskumy ktoré potvrdzujú staré učenia. V tomto čísle je značný priestor venovaný Feg šuej a dizajnu priestoru v ktorom žijeme, ďalej je tu rozsiahly článok o zmenách usporiadania spoločnosti samoorganizáciou ľudí zdola, o pohľade na vedomie z hľadiska vedy, články o di- džeridú atď

Mafa, Lublanská 34, 120 00 Praha 2
Abopress, Vajnorská 154, 831 04 Blava

Výsevne dni 1999

Tento veľmi praktický kalendár konštelácií planét pre záhradkárov a poľnohospodárov vydáva každoročne M Thunová na základe svojich dlhoročných pokusov a skúsenosti s ich vplyvom na rastliny, zvieratá, ale aj človeka. Nájdete tu rady ako siať, ošetrovať, zberať, arobiť aj mnoho iného v súlade s prírodnými rytmi. Dobrá pomôcka nielen pre tých, čo sa zaoberajú biodynamickým poľnohospodárstvom.

Túto brožúru, ale aj ďalšiu literatúru venovanú biodynamickému poľnohospodárstvu môžete získať na adrese:

PRO-BIO, biodynamická sekce
Nemocniční 53, p.s. 116, 787 01 Šumperk
Alebo ti, čo ste zo Slovenska:
EKO TREND, Novomestská 153/7, 907 01 Myjava

recenzoval **Ondro Věhř**

Naši bratia zvieratá

Edgar Kupfer-Koberwitz
Kniha je zostavená z listov, ktoré autor písal svojmu priateľovi, aby mu objasnil svoje dovery, pre ktoré sa vzdal jedenia mäsa a osvetľuje mu svoj pohľad na zvieratá, ktoré nevníma ako menejcenné tvory, ale ako bratov človeka. Kniha je napísaná tak, že len málokto neostane dojatý a pohnutý skutočnosťami, ktoré sa v nej opisujú. Autor opisuje hrôzy, ktoré sa dejú pri rybolove, poľovníctve, ktorí zabíjajú zvieratá z rozkoše, dobytok, čo čaká na smrť...

A prečo knižku vydali práve Jogini? Jogini tvrdia, že ak človek nedokáže dať život, nemá právo ani brat ho. V každej živé bytosti je nesmrteľná duša - átma, ktorá nnáš všetkých spája. Všetky živé bytosti majú právo na život, lásku, pochopenie a pomoc. Človek nie je ničiteľ, ale ochránca. Má chrániť a rešpektovať prírodu a svet zvierat a nie drancovať a zabíjať. A o tom je jóga.

Knižku si môžete objednať na adrese: **Spoločnosť Joga v dennom živote**
Topoľčianska 10, 851 05 Bratislava,
tel: 07/63 83 58 41

Napíšte, alebo zatelefonujte o koľko kusov máte záujem. Kniha je zadarmo, je treba uhradiť len poštovné, čo v prípade jednej až piatich knižiek je 15 Sk (je možné poslať priamo známym v tejto hodnote).

-jh-

Šport, alebo tvrdý biznis?

POPRAD-TATRY 2006



Generálni sponzori:



Pod plášťom športu a olympijských ideálov predstavujú olympijské hry tvrdo komerčné podujatie, pri ktorom ide hlavne o zisky veľkých nadnárodných firiem a televíznych spoločností. So športom to už má spoločné len veľmi málo, výstižnejší je pojem šoubiznis. Športové výkony zamerané na upútanie diváka, ťažké milióny pre vrcholových športovcov, anaboli-kové aféry, úplatky pri rozhodovaní o budúcom dejisku - tak kde sú tie olympijské ideály? Praví športoví fanúškovia, namiesto toho aby šli sami športovať, pre-sedia dva týždne pred televízormi a pre-žívajú stresy so športovcami, s ktorými vlastne nemajú spoločné nič okrem to-ho, že pochádzajú z tej istej krajiny. A čo nám ostane keď sa olympiáda skon-čí? Vyrúbané vysokohorské lesy, namies-to ktorých zostanú nevyužité zjazdovky, obrovské množstvo odpadov, prázdne hotely, ktoré už nebudú mať zákazníkov a pochybná hrdosť na to, že bola u nás olympiáda.

**Skutočný život sa neodohráva
na obrazovkách televízorov!!!**

KRUH ŽIVOTA

Ušiakova 2

841 01 Bratislava

kruhziv@hotmail.com

JE TU PRE VÁS



Martin Oskochip
Č.S.L. armády 29
Humené
066 07